

**PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI KELAS III, IV DAN V
SDIT ULUL ALBAB 1 DESA MAJIR
KABUPATEN PURWOREJO**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh
Priyo Raharjo
NIM 10604227144

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2013**

PERSETUJUAN

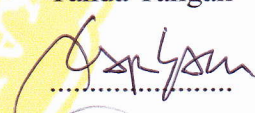
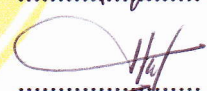


Skripsi yang berjudul “Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kelas III, IV Dan V SDIT Ulul Albab 1 Desa Majir Kabupaten Purworejo ” yang disusun oleh Priyo Raharjo, NIM 10604227144 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, Desember 2012
Pembimbing

Agus Susworo D. M, M. Pd
NIP. 19710808 200112 1 001

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kelas III, IV Dan V SDIT Ulul Albab 1 Desa Majir Kabupaten Purworejo” yang disusun oleh Priyo Raharjo, NIM. 10604227144 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 21 Januari 2013 dan dinyatakan lulus.

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Agus Susworo DM, M.Pd	Ketua Penguji		12/2/13
Sudardiyono, M.Pd	Sekretaris Penguji		8/2 13
Tri Ani Hastuti, M.Pd	Penguji I (Utama)		1/2 2013
A. Erlina Listyarini, M.Pd	Penguji II (Pendamping)		4/2 2013

Yogyakarta, Februari 2013
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Dekan,



Drs. Rumpis Agus Sudarko, M. S.
NIP. 19600824 198601 1 001

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kelas III, IV, dan V SDIT Ulul Albab 1 Desa Majir Kabupaten Purworejo ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti data penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, Januari 2013
Yang menyatakan,

Priyo Raharjo
NIM. 10604227144

MOTO

Motto

1. Jadikan sabar dan sholat sebagai penolongmu (Qs. Al Baqoroh : 45)
2. Barang siapa ingin semua maksudnya tercapai jadikanlah malam sebagai kendaraan untuk mencapainya (Ta'limul Muta'allim)
3. Orang berilmu namanya harum berlipat tinggi, orang yang bodoh begitu mati tertimbun duli (Ta'limul Muta'allim)

PERSEMBAHAN

Persembahan

Karya ini saya persembahkan kepada orang-orang yang sangat bermakna bagi kehidupan penulis, diantaranya:

1. Bapakku Alm Warno dan Ibuku Murtiningsih tercinta yang selalu memberikan doa, dukungan moriil dan materiil.
2. Kakakku Yuli Santoso, Mbakku Yuwanti Gita Ratri dan adikku Sigit Pambudi yang selalu memberikan doa.

**PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI KELAS III, IV DAN V
SDIT ULUL ALBAB 1 DESA MAJIR
KABUPATEN PURWOREJO**

Oleh
Priyo Raharjo
10604227144

ABSTRAK

Kendala-kendala dalam melaksanakan pembelajaran Penjas di SDIT Ulul Albab 1 desa Majir Kabupaten Purworejo yaitu keterlibatan antara guru, siswa dan alat/fasilitas pada saat pembelajaran Penjas, maka penelitian ini secara umum ingin mengetahui bagaimana pembelajaran Penjas di SDIT Ulul Albab 1 desa Majir Kabupaten Purworejo. Sedangkan secara khusus ingin mengetahui tingkat pelaksanaan : 1) kesiapan guru; 2) peran guru; 3) kesiapan siswa; 4) peran siswa; 5) kesiapan alat dan fasilitas; 6) penggunaan alat dan fasilitas; 7) penerapan aspek mengajar; 8) penerapan prinsip mengajar; 9) penerapan metode mengajar.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif. Subyek pada penelitian ini adalah proses pembelajaran penjas di SDIT Ulul Albab 1 Desa Majir Kabupaten Purworejo. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan observasi dan wawancara. Teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah model analisis interaktif

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesiapan guru: memiliki program mengajar, disiplin; peran guru: mampu mengelola kelas, berkomunikasi dengan siswa, memotivasi, mengevaluasi; kesiapan siswa: memiliki niat, disiplin; peran siswa: berinteraksi, menjalankan instruksi guru; kesiapan alat/fasilitas: tersedia alat bantu, lapangan; penggunaan alat/fasilitas: pemanfaatan alat bantu, pemanfaatan lapangan; aspek mengajar: kognitif, afektif, psikomotorik; prinsip mengajar: perhatian/motivasi, tantangan, pembentukan perilaku; metode megajar: penjelasan, demonstrasi, penugasan dan evaluasi.

Kata kunci : *pembelajaran, pendidikan jasmani, SDIT Ulul Albab 1*

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT yang senantiasa telah melimpahkan Rahmat dan Hidayah-Nya kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kelas III, IV, dan V SDIT Ulul Albab 1 Desa Majir Kabupaten Purworejo”. Shalawat serta salam semoga dilimpahkan oleh Allah SWT kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, yang senantiasa kita jadikan contoh dan suri tauladan dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini tidak akan selesai tanpa campur tangan dari pihak-pihak yang terkait. Oleh sebab itu dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih dengan tulus kepada:

1. Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd. M.A., selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah mendukung dan memberikan ijin dalam menyusun skripsi ini.
2. Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Drs. Amat Komari, M.Si., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan ijin penelitian.
4. Drs. Sriawan, M. Kes., selaku ketua Prodi PGSD yang telah menyetujui untuk melakukan penelitian ini.
5. Dra. Sri Winarni, M.Pd., selaku Pembimbing Akademik yang telah mendukung menyusun skripsi ini.
6. Agus Susworo D.M, S.Pd. M.Pd., selaku pembimbing yang telah banyak memberikan masukan, bimbingan, pengarahan dalam menyusun skripsi ini.

7. Bapak dan ibu Dosen/ Karyawan yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
8. Drs. Aris Akhmad., selaku Kepala SDIT Ulul Albab 1 Purworejo yang telah memberikan ijin penelitian.di SDIT Ulul Albab 1 Purworejo.
9. Siswa-siswi SDIT Ulul Albab 1 Purworejo yang telah membantu tenaga untuk mengadakan penelitian ini.
10. Teman-teman seperjuanganku PKS PGSD Penjas yang tidak memungkinkan disebutkan satu persatu, yang telah membantu penulis dalam rangka penyelesaian skripsi ini.
11. Semua pihak yang telah membantu kelancaran jalannya penelitian ini yang tidak bisa kami sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, Penulis berharap semoga hasil karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan khususnya bagi semua pihak pada umumnya. Dan penulis berharap skripsi ini mampu menjadi salah satu bahan bacaan untuk acuan pembuatan skripsi selanjutnya agar menjadi lebih baik.

Yogyakarta, Januari 2013
Peneliti

Priyo Raharjo
NIM. 10604227144

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN	ii
PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
MOTO	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	8
D. Perumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	8
 BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskriptif Teori	10
1. Pembelajaran	10
2. Pembelajaran Penjas	27
B. Pembelajaran di SDIT	33
C. Penelitian yang Relevan	35
D. Kerangka Berpikir	37

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian	38
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	38
C. Subjek Penelitian	39
D. Instrumen Penelitian	40
E. Teknik Analisis Data	41
F. Pelaksanaan Penelitian	43

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian	44
1. Sejarah SDIT	44
2. Letak Geografis	45
3. Keadaan Siswa, Guru dan Karyawan	45
4. Profil Sekolah	48
B. Komponen Mengajar Penjas	52
1. Kesiapan Guru	52
2. Peran Guru	54
3. Kesiapan Siswa	56
4. Peran Siswa	57
5. Kelengkapan dan Fasilitas	58
6. Penggunaan Alat dan Fasilitas	59
C. Reduksi Data	59
D. Pembahasan	60

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	62
B. Implikasi Hasil Penelitian	66
C. Saran-saran	66

DAFTAR PUSTAKA	68
----------------------	----

LAMPIRAN	69
----------------	----

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Keadaan Siswa SDIT Ulul Albab 01 Purworejo 2012/ 2013.....	46

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Permohonan Ijin Penelitian	69
Lampiran 2. Permohonan Ijin KPPT Purworejo	70
Lampiran 3. Permohonan Ijin SDIT Ulul Albab 1 Purworejo	71
Lampiran 4. Data Guru SDIT Ulul Albab 1 Purworejo	72
Lampiran 6. Perangkat Pembelajaran	74
Lampiran 5. Transkrip Catatan Harian	93
Lampiran 7. Dokumentasi Data Penelitian	109

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pelaksanaan Pembangunan Nasional di bidang pendidikan yang tercantum dalam GBHN (1999-2004 : 73) adalah :

Usaha mencerdaskan kehidupan bangsa dalam rangka meningkatkan kualitas manusia Indonesia dan mewujudkan manusia yang maju, adil dan makmur. Untuk mewujudkan tujuan nasional di bidang pendidikan tersebut pemerintah mengupayakan perluasan dan pemerataan kesempatan memperoleh pendidikan yang bermutu tinggi bagi seluruh rakyat Indonesia menuju terciptanya manusia Indonesia berkualitas tinggi dengan peningkatan anggaran pendidikan secara berarti.

Peningkatan dan penyempurnaan mutu pendidikan merupakan usaha mewujudkan pembangunan nasional di bidang sesuai dengan tujuan pendidikan nasional. Peningkatan mutu pendidikan berkaitan erat dengan peningkatan hasil belajar siswa. Dengan demikian, usaha untuk meningkatkan mutu pendidikan pada dasarnya adalah usaha meningkatkan mutu hasil belajar siswa.

Pembelajaran yang baik adalah pembelajaran yang mampu meraih tujuan akhir dari proses yang dilakukan. Syaiful Bahri Djamarah dan Azwan Zain dalam bukunya yang berjudul Strategi Belajar Mengajar (1994: 43) mengatakan bahwa dalam suatu proses pembelajaran minimal ada 3 unsur, diantaranya guru, peserta didik/siswa, dan bahan ajar sebagai mediumnya. Ketiga unsur tersebut menentukan kelancaran suatu proses pembelajaran.

Faktor penting yang harus diperhatikan dalam meningkatkan mutu hasil belajar siswa adalah mutu proses belajar mengajar, yang secara

operasional berlangsung di dalam kelas. Mutu hasil belajar siswa dapat ditingkatkan melalui proses belajar mengajar yang efektif. Proses belajar mengajar yang efektif dapat berlangsung apabila didukung oleh perangkat kurikulum yang baik. Dalam hal ini pemerintah melakukan melakukan penyempurnaan sistem pendidikan termasuk pengembangan kurikulum, untuk melayani keberagaman peserta didik, penyusunan kurikulum yang berlaku nasional dan lokal sesuai dengan kepentingan setempat, serta pengembangan jenis pendidikan secara profesional. Kurikulum yang telah tersusun dengan baik dapat terlaksana secara optimal, apabila didukung antara lain sarana dan prasarana yang memadai dan sumber daya manusia, dalam hal ini guru yang profesional.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Oleh sebab itu, pelaksanaan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan harus diarahkan pada pencapaian tujuan tersebut. Tujuan penjasorkes tidak hanya mengembangkan ranah jasmani saja, tetapi mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui kegiatan aktifitas jasmani dan olahraga. Penjasorkes merupakan media untuk mendorong perkembangan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan, nilai-nilai (sikap, mental, emosional, spiritual dan sosial), serta membiasakan pola hidup sehat yang pada akhirnya akan merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang.

Pembelajaran dalam suatu institusi diharapkan mampu mengoptimalkan kemampuan siswa yang nantinya bisa menjadikan siswa tersebut memiliki kekayaan *skill* yang dapat dimanfaatkan untuk menghadapi tantangan kehidupan. Pembelajaran diharapkan mampu mengembangkan ranah afektif, kognitif, psikomotorik dan fisik. Keempat kemampuan yang ada di dalam manusia tersebut harus bisa secara *balance* atau seimbang diasah dengan proses pembelajaran.

Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah satu jalan yang diupayakan mampu mengembangkan keempat kemampuan manusia tersebut. Hasil observasi awal peneliti tentang potret pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan disuatu sekolah, masih menunjukkan belum optimalnya suatu pembelajaran yang dilakukan, yang diakibatkan baik dari pihak guru sebagai pembelajarnya masih menggunakan pendekatan yang kurang mampu mengoptimalkan kemampuan siswa, kemudian dari sarana dan prasarana yang kurang memadai untuk suatu pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Kekurangan sarana dan prasarana dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memerlukan pemikiran kreatif bagi guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah. Cara untuk mengantisipasi agar tujuan pembelajaran dapat tercapai yaitu dengan memodifikasi sarana dan prasarana yang ada di sekolah.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memiliki peran penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses

pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Cholik M. (1997: 35) mengungkapkan bahwa:

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktifitas jasmani, bermain dan berolahraga secara sistematis, terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar tersebut diarahkan pada pembinaan, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Proses pembelajaran Penjasorkes, guru harus mampu mengajar berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan/olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama dan lain-lain), serta membentuk kebiasaan pola hidup sehat. Melalui Penjasorkes diharapkan siswa dapat memperoleh berbagai pengalaman untuk mengungkapkan kesan pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, terampil, meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani serta pemahaman terhadap gerak manusia. Dalam rangka mencapai tujuan penjas tersebut, maka aktivitas fisik yang akan diberikan kepada siswa dalam pembelajaran penjas haruslah aktivitas fisik yang terpilih seperti permainan olahraga, aktivitas rekreasi dan aktivitas-aktivitas fisik lainnya. Dengan demikian, keyakinan bahwa penjas memiliki tujuan yang sejalan dengan tujuan pendidikan secara keseluruhan akan terbukti yaitu terbentuknya individu yang kompeten dan berkualitas.

Berdasarkan jumlah materi pelajaran yang dapat dilihat pada kurikulum pendidikan jasmani, maka jelas bahwa mata pelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (SD, SMP dan SMA) memiliki perbedaan dengan bidang studi yang lain. Perbedaan tersebut meliputi : (1) sekitar 85%

pelaksanaan proses belajar mengajar bidang studi Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berlangsung di lapangan (di luar kelas), dan (2) sekitar 85% materi Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berupa praktek. Sehubungan dengan perbedaan tersebut, maka Cholik M, 1997 mengemukakan bahwa :

Adanya perbedaan antara bidang studi Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (Penjasorkes) dengan bidang studi lain, maka bidang studi Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan membutuhkan sarana dan prasarana yang lebih banyak dalam proses belajar mengajarnya.

Persoalan penjas di Indonesia sangatlah kompleks mulai dari terbatasnya ketersediaan sarana dan prasarana penjas sampai masih rendahnya kualifikasi dan profesionalisasi guru penjas itu sendiri. Karena kompleksnya persoalan tersebut, maka upaya demi upaya selalu dilakukan guna meningkatkan kualitas pembelajaran dan pencapaian tujuan pendidikan secara keseluruhan.

Rendahnya kualitas hasil pembelajaran pendidikan jasmani disebabkan beberapa faktor antara lain terbatasnya kemampuan guru pendidikan jasmani dalam mengorganisasikan dan mengelola bidang studi tersebut. Data menunjukkan dari hampir 120.000 Sekolah Dasar yang ada di Indonesia, hanya 40% yang memiliki guru pendidikan jasmani dengan latar belakang pendidikan Sekolah Guru Olahraga (SGO), sedangkan lainnya tidak memiliki guru yang dibekali dengan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan pendidikan jasmani. (Depdiknas,2003: 1).

Upaya yang paling realistis untuk meningkatkan mutu pendidikan jasmani di SD adalah melalui peningkatan kualitas tenaga guru. Guru yang profesional adalah guru yang mampu menganalisis dan menjabarkan kurikulum mata pembelajarannya menjadi rancangan pengajaran dan persiapan mengajar yang siap dipraktikkan dikelasnya dan harus mampu menggunakan macam-macam metode pembelajaran yang mampu membuat siswa aktif.

SDIT sebagai salah satu Sekolah Dasar yang relatif masih baru, dibandingkan dengan Sekolah Dasar pada umumnya masih dalam proses pembenahan dan peningkatan disetiap segi, termasuk dalam Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Tenaga pengajar yang berkompeten sangat diperlukan untuk membuat program Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang dapat memenuhi kebutuhan bermain pada anak. Seorang guru dituntut untuk mendesain program pembelajaran sesuai dengan kebutuhan anak. Kemampuan merencanakan tujuan, materi, penggunaan metode, alat dan fasilitas, penilaian serta alokasi waktu yang dibutuhkan dalam proses pembelajaran merupakan salah satu kemampuan professional yang harus dimiliki oleh guru.

Berdasarkan pengamatan peneliti, realisasi di lapangan sering ditemukan guru pendidikan jasmani mengelola pembelajarannya monoton dan membosankan, sehingga siswa cenderung acuh tak acuh dan kurang memiliki motivasi untuk terlibat aktif dalam kegiatan belajar, sehingga dengan model pembelajaran tersebut nampaknya siswa kurang berminat

untuk mengikuti pembelajaran Penjas. Biasanya guru memberikan instruksi yang tidak bisa memberikan alternatif lain kepada siswa untuk memilih, berkreasi dan mengeksplorasi sesuai dengan keinginannya. Selain memiliki sarana dan prasarana yang kurang memadai, guru nampaknya kurang kreatif dalam mensiasati kekurangan sarana dan prasarana yang ada. Selain itu juga memiliki halaman yang kurang begitu luas, maka saat melaksanakan pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, guru dan siswa berjalan untuk menuju lapangan. Jarak dari SD menuju lapangan cukup jauh sekitar 1 km. sehingga banyak waktu yang berkurang dalam melaksanakan pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Selain itu, tenaga dari siswa tersebut juga sudah terkuras pada saat menuju lapangan.

Berdasarkan beberapa kondisi di SDIT yang berada di Desa Majir yang disebutkan di atas memungkinkan munculnya kendala-kendala dalam melaksanakan pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Oleh karena itu, maka penelitian ini dikasji tentang “Pembelajaran Pendidikan Jasmani Siswa Kelas III, IV dan V SDIT Ulul Albab 1 Desa Majir Kabupaten Purworejo”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka masalah pada penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Minat siswa terhadap pelaksanaan pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang belum diketahui.

2. Kurangnya kemampuan guru dalam memodifikasi sarana dan prasarana yang digunakan untuk proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
3. Kurangnya pengalaman Guru dalam mengajar, sehingga pembelajaran Pendidikan Jasmani bersifat monoton.

C. Batasan Masalah

Agar tidak terjadi penyimpangan dan penelitian ini lebih fokus, maka penelitian ini dibatasi pada masalah Pembelajaran Pendidikan Jasmani kelas III, IV dan V SDIT Ulul Albab 1 Desa Majir Kabupaten Purworejo.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan di atas, maka masalah dalam penelitian ini adalah: bagaimana Pembelajaran Pendidikan jasmani kelas III, IV dan V SDIT Ulul Albab 1 Desa Majir Kabupaten Purworejo?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pembelajaran Pendidikan Jasmani kelas III, IV dan V SDIT Ulul Albab 1 Desa Majir Kabupaten Purworejo

F. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini bermanfaat sebagai bahan referensi untuk memperbaiki pelaksanaan pembelajaran Penjas di SDIT Ulul Albab 1 Desa Majir Kabupaten Purworejo

2. Secara Praktis

Manfaat penelitian ini secara praktis dijabarkan sebagai berikut:

1. Sebagai umpan balik bagi guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, sehingga dapat melaksanakan proses pembelajaran dengan lebih baik.
2. Sebagai bahan pertimbangan bagi Kepala Sekolah, khususnya dalam mendukung proses pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sekaligus pengadaan sarana dan prasarana yang digunakan dalam pembelajaran Penjasorkes.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Pembelajaran

a. Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses perolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik.

Di sisi lain pembelajaran mempunyai pengertian yang mirip dengan pengajaran, tetapi sebenarnya mempunyai konotasi yang berbeda. Dalam konteks pendidikan, guru mengajar agar peserta didik dapat belajar dan menguasai isi pelajaran hingga mencapai sesuatu objektif yang ditentukan (aspek kognitif), juga dapat memengaruhi perubahan sikap (aspek afektif), serta keterampilan (aspek psikomotor) seorang peserta didik, namun proses pengajaran ini memberi kesan hanya sebagai pekerjaan satu pihak, yaitu pekerjaan pengajar saja. Sedangkan pembelajaran menyiratkan adanya interaksi antara pengajar dengan peserta didik.

Pembelajaran yang berkualitas sangat tergantung dari motivasi pelajar dan kreatifitas pengajar. Pembelajar yang memiliki motivasi

tinggi ditunjang dengan pengajar yang mampu memfasilitasi motivasi tersebut akan membawa pada keberhasilan pencapaian target belajar. Target belajar dapat diukur melalui perubahan sikap dan kemampuan siswa melalui proses belajar. Desain pembelajaran yang baik, ditunjang fasilitas yang memadai, ditambah dengan kreatifitas guru akan membuat peserta didik lebih mudah mencapai target belajar.

b. Unsur yang Terlibat dalam Proses Pembelajaran

Unsur yang terlibat dalam proses pembelajaran antara lain :

1) Guru

Guru dalam proses belajar mengajar memiliki peran yang vital. Menurut Dakir (1978: 178), peran guru dalam pendidikan adalah sebagai motifator, dinamisator, fasilitator, organisator, administrator, koordinator, evaluator, konduktor dan mediator. Dengan perannya ini, maka guru dituntut untuk mempunyai kompetensi dalam mengajar, baik dalam pembuatan program, pelaksanaan serta dalam evaluasi program.

Menurut pepatah jawa, Guru adalah *digugu lan ditiru* yang berarti bahwa guru merupakan sosok yang menjadi panutan bagi siswanya dan masih ada banyak pepatah yang berhubungan dengan guru lainnya walaupun intinya sama. Saat ini sosok guru sudah ikut "ter-reformasi". Guru dituntut untuk memiliki ilmu pengetahuan yang selalu berkembang dan mengikuti kemajuan jaman. Sudah tidak waktunya lagi guru yang kaku, memiliki

pengetahuan terbatas, dan tidak mau terbuka dengan kemajuan teknologi.

Berikut ini adalah pengertian dan definisi guru:

a) UU RI NO 14 TAHUN 2005

Guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah

b) SYAIFUL BARI DJAMARAH & ASWAN ZAIN

Guru adalah seseorang yang menjadi salah satu sumber belajar yang berkewajiban menyediakan lingkungan belajar yang kreatif bagi kegiatan belajar anak didik di kelas

c) OEMAR HAMALIK, 2003

Guru adalah orang yang bertanggung jawab dalam merencanakan dan menuntun murid-murid untuk melakukan kegiatan-kegiatan belajar guna mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang diinginkan

d) SYAIFUL BARI DJAMARAH & ASWAN ZAIN

Guru adalah seseorang yang menjadi salah satu sumber belajar yang berkewajiban menyediakan lingkungan belajar yang kreatif bagi kegiatan belajar anak didik di kelas

2) Siswa/Peserta Didik

Peserta didik dalam arti luas adalah setiap orang yang terkait dengan proses pendidikan sepanjang hayat, sedangkan dalam arti sempit adalah setiap siswa yang belajar di sekolah (Sinolungan, 1997). Departemen Pendidikan Nasional (2003) menegaskan bahwa, peserta didik adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan dirinya melalui jalur, jenjang, dan jenis

pendidikan. Peserta didik usia SD/MI adalah semua anak yang berada pada rentang usia 6-12/13 tahun yang sedang berada dalam jenjang pendidikan SD/MI.

Peserta didik merupakan subjek yang menjadi fokus utama dalam penyelenggaraan pendidikan dan pembelajaran. Penting Anda pahami sebagai guru kelas SD bahwa pemahaman dan perlakuan terhadap peserta didik sebagai suatu totalitas atau kesatuan. Menurut Semiawan (1999), konsep peserta didik sebagai suatu totalitas sekurangnya mengandung tiga pengertian. Ketiga pengertian itu mencakup, pertama, peserta didik adalah makhluk hidup (*organisme*) yang merupakan suatu kesatuan dari keseluruhan aspek yang terdapat dalam dirinya. Aspek fisik dan psikis tersebut terdapat dalam diri peserta didik sebagai individu yang berarti tidak dapat dipisahkan antara suatu bagian dengan bagian lainnya. Kedua, keseluruhan aspek fisik dan psikis tersebut memiliki hubungan yang saling terjalin satu sama lain. Jika salah satu aspek mengalami gangguan misalnya sakit gigi (aspek fisik), maka emosinya juga terganggu (rewel, cepat marah, dll). Ketiga, peserta didik usia SD/MI berbeda dari orang dewasa bukan sekedar secara fisik, tetapi juga secara keseluruhan. Anak bukanlah miniatur orang dewasa, tetapi anak adalah anak yang dalam keseluruhan aspek dirinya berbeda dengan orang dewasa.

Sinolungan (1997) juga mengemukakan, manusia termasuk peserta didik adalah makhluk totalitas “homo trieka”. Ini berarti manusia termasuk peserta didik merupakan: (a) makhluk religius yang menerima dan mengakui kekuasaan Tuhan atas dirinya dan alam lingkungan sekitarnya; (b) makhluk sosial yang membutuhkan orang lain dalam berinteraksi dan saling mempengaruhi agar berkembang sebagai manusia; serta (c) makhluk individual yang memiliki keunikan (ciri khas, kelebihan, kekurangan, sifat dan kepribadian, dll), yang membedakannya dari individu lain.

Menurut Siti Partini (1997: 51) faktor-faktor yang mempengaruhi proses belajar mengajar yaitu :

- a. Faktor *Intern*, yaitu faktor yang berada dalam diri siswa sendiri, baik secara fisiologis maupun psikologis antara lain :
 1. Faktor kematangan
 2. Faktor fisik/jasmani
 3. Keadaan psikis
 4. Alat-alat diri
- b. Faktor *Ekstern*, yaitu faktor yang berada di luar diri siswa. Faktor ini dapat berupa manusia maupun bukan manusia, antara lain :
 1. Alat-alat pelajaran
 2. Kondisi ekonomi

3. Keadaan iklim
4. Waktu pembelajaran
5. Metode mengajar

Jadi, dalam mempelajari dan memperlakukan peserta didik, termasuk peserta didik usia SD/MI hendaknya dilakukan secara utuh, tidak terpisah-pisah. Kita harus melihat mereka sebagai suatu kesatuan yang unik, yang terkait satu dengan lainnya.

3) Alat dan fasilitas

Pengajaran yang baik adalah Alat Pendidikan yang terutama. Alat Pendidikan merupakan faktor pendidikan yang sengaja dibuat dan digunakan demi pencapaian tujuan pendidikan yang diinginkan.

Ditinjau dari wujudnya, alat pendidikan dapat berupa:

- a. Perbuatan Mendidik (biasa disebut *software*); mencakup nasihat, teladan, larangan, perintah, pujian, teguran, ancaman, dan hukuman.
- b. Benda-benda sebagai alat Bantu (biasa disebut *hardware*); mencakup meja kursi, belajar, papan tulis, penghapus, kapur tulis, OHP, dan sebagainya.

Sedangkan fasilitas adalah tempat yang digunakan dalam proses pembelajaran yakni dapat berupa lapangan, hall, ruang atau gedung.

c. Prinsip-prinsip pembelajaran

Berikut ini adalah prinsip umum pembelajaran yang penulis rangkum dari beberapa pakar pembelajaran yang meliputi :

1) Perhatian dan Motivasi

Perhatian mempunyai peranan yang penting dalam kegiatan belajar. Dari kajian teori belajar pengolahan informasi terungkap bahwa tanpa adanya perhatian tidak mungkin terjadi belajar. Perhatian terhadap pelajaran akan timbul pada siswa apabila bahan pelajaran sesuai dengan kebutuhannya. Apabila bahan pelajaran itu dirasakan sebagai sesuatu yang dibutuhkan, diperlukan untuk belajar lebih lanjut atau diperlukan dalam kehidupan sehari-hari, akan membangkitkan perhatian dan juga motivasi untuk mempelajarinya.

Apabila dalam diri siswa tidak ada perhatian terhadap pelajaran yang dipelajari, maka siswa tersebut perlu dibangkitkan perhatiannya. Dalam proses pembelajaran, perhatian merupakan faktor yang besar pengaruhnya, kalau peserta didik mempunyai perhatian yang besar mengenai apa yang dipelajari peserta didik dapat menerima dan memilih stimuli yang relevan untuk diproses lebih lanjut di antara sekian banyak stimuli yang datang dari luar. Perhatian dapat membuat peserta didik untuk mengarahkan diri pada tugas yang akan diberikan; melihat masalah-masalah yang

akan diberikan; memilih dan memberikan fokus pada masalah yang harus diselesaikan.

Di samping perhatian, motivasi mempunyai peranan penting dalam kegiatan belajar. Motivasi adalah tenaga yang menggerakkan dan mengarahkan aktivitas seseorang. Motivasi mempunyai kaitan yang erat dengan minat. Siswa yang memiliki minat terhadap sesuatu bidang studi tertentu cenderung tertarik perhatiannya dan dengan demikian timbul motivasi untuk mempelajarinya. Misalnya, siswa yang menyukai pelajaran matematika akan merasa senang belajar matematika dan terdorong untuk belajar lebih giat, karenanya adalah kewajiban bagi guru untuk bisa menanamkan sikap positif pada diri siswa terhadap mata pelajaran yang menjadi tanggung jawabnya. Motivasi dapat diartikan sebagai tenaga pendorong yang menyebabkan adanya tingkah laku ke arah suatu tujuan tertentu. Adanya tidaknya motivasi dalam diri peserta didik dapat diamati dari observasi tingkah lakunya. Apabila peserta didik mempunyai motivasi, ia akan :

1. bersungguh-sungguh menunjukkan minat, mempunyai perhatian, dan rasa ingin tahu yang kuat untuk ikut serta dalam kegiatan belajar;
2. berusaha keras dan memberikan waktu yang cukup untuk melakukan kegiatan tersebut;

3. Terus bekerja sampai tugas-tugas tersebut terselesaikan.

Motivasi dapat bersifat internal, yaitu motivasi yang berasal dari dalam diri peserta didik dan juga eksternal baik dari guru, orang tua, teman dan sebagainya. Berkenaan dengan prinsip motivasi ini ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam mengembangkan kegiatan pembelajaran, yaitu: memberikan dorongan, memberikan insentif dan juga motivasi berprestasi.

2) Keaktifan

Menurut pandangan psikologi anak adalah makhluk yang aktif. Anak mempunyai dorongan untuk berbuat sesuatu, mempunyai kemauan dan aspirasinya sendiri. Belajar tidak bisa dipaksakan oleh orang lain dan juga tidak bisa dilimpahkan pada orang lain. Belajar hanya mungkin terjadi apabila anak mengalami sendiri. John Dewey mengemukakan bahwa belajar adalah menyangkut apa yang harus dikerjakan siswa untuk dirinya sendiri, maka inisiatif harus datang dari dirinya sendiri, guru hanya sebagai pembimbing dan pengarah. Menurut teori kognitif, belajar menunjukkan adanya jiwa yang aktif, jiwa mengolah informasi yang kita terima, tidak hanya menyimpan saja tanpa mengadakan transformasi. Menurut teori ini anak memiliki sifat aktif, konstruktif, dan mampu merencanakan sesuatu. Anak mampu mencari, menemukan dan menggunakan pengetahuan yang telah diperolehnya.

Thorndike mengemukakan keaktifan siswa dalam belajar dengan hukum "*law of exercise*"-nya yang menyatakan bahwa belajar memerlukan adanya latihan-latihan. Hubungan stimulus dan respon akan bertambah erat jika sering dipakai dan akan berkurang bahkan lenyap jika tidak pernah digunakan. Artinya dalam kegiatan belajar diperlukan adanya latihan-latihan dan pembiasaan agar apa yang dipelajari dapat diingat lebih lama. Semakin sering berlatih maka akan semakin paham. Hal ini juga sebagaimana yang dikemukakan oleh Mc.Keachie bahwa individu merupakan "manusia belajar yang aktif selalu ingin tahu".

Dalam proses belajar, siswa harus menampakkan keaktifan. Keaktifan itu dapat berupa kegiatan fisik yang mudah diamati maupun kegiatan psikis yang sulit diamati. Kegiatan fisik bisa berupa membaca, mendengar, menulis, berlatih keterampilan-keterampilan dan sebagainya. Kegiatan psikis misalnya menggunakan pengetahuan yang dimiliki dalam memecahkan masalah yang dihadapi, membandingkan suatu konsep dengan yang lain, menyimpulkan hasil percobaan dan lain sebagainya.

3) Keterlibatan Langsung/Pengalaman

Belajar haruslah dilakukan sendiri oleh siswa, belajar adalah mengalami dan tidak bisa dilimpahkan pada orang lain. Edgar Dale dalam penggolongan pengalaman belajar mengemukakan bahwa belajar yang paling baik adalah belajar

melalui pengalaman langsung. Dalam belajar melalui pengalaman langsung siswa tidak hanya mengamati, tetapi ia harus menghayati, terlibat langsung dalam perbuatan dan bertanggung jawab terhadap hasilnya. Sebagai contoh seseorang yang belajar membuat tempe yang paling baik apabila ia terlibat secara langsung dalam pembuatan, bukan hanya melihat bagaimana orang membuat tempe, apalagi hanya mendengar cerita bagaimana cara pembuatan tempe.

Pembelajaran yang efektif adalah pembelajaran yang menyediakan kesempatan belajar sendiri atau melakukan aktivitas sendiri. Dalam konteks ini, siswa belajar sambil bekerja, karena dengan bekerja mereka memperoleh pengetahuan, pemahaman, pengalaman serta dapat mengembangkan keterampilan yang bermakna untuk hidup di masyarakat. Hal ini juga sebagaimana yang di ungkapkan Jean Jacques Rousseau bahwa anak memiliki potensi-potensi yang masih terpendam, melalui belajar anak harus diberi kesempatan mengembangkan atau mengaktualkan potensi-potensi tersebut. Sesungguhnya anak mempunyai kekuatan sendiri untuk mencari, mencoba, menemukan dan mengembangkan dirinya sendiri. Dengan demikian, segala pengetahuan itu harus diperoleh dengan pengamatan sendiri, pengalaman sendiri, penyelidikan sendiri, bekerja sendiri, dengan fasilitas yang diciptakan sendiri.

Pembelajaran itu akan lebih bermakna jika siswa "mengalami sendiri apa yang dipelajarinya" bukan "mengetahui" dari informasi yang disampaikan guru, sebagaimana yang dikemukakan Nurhadi bahwa siswa akan belajar dengan baik apabila yang mereka pelajari berhubungan dengan apa yang telah mereka ketahui, serta proses belajar akan produktif jika siswa terlibat aktif dalam proses belajar di sekolah. Dari berbagai pandangan para ahli tersebut menunjukkan berapa pentingnya keterlibatan siswa secara langsung dalam proses pembelajaran. Pentingnya keterlibatan langsung dalam belajar dikemukakan oleh John Dewey dengan "*learning by doing*"-nya. Belajar sebaiknya dialami melalui perbuatan langsung dan harus dilakukan oleh siswa secara aktif. Prinsip ini didasarkan pada asumsi bahwa para siswa dapat memperoleh lebih banyak pengalaman dengan cara keterlibatan secara aktif dan proporsional, dibandingkan dengan bila mereka hanya melihat materi/konsep.

Modus Pengalaman belajar adalah sebagai berikut: kita belajar 10% dari apa yang kita baca, 20% dari apa yang kita dengar, 30% dari apa yang kita lihat, 50% dari apa yang kita lihat dan dengar, 70% dari apa yang kita katakan, dan 90% dari apa yang kita katakan dan lakukan. Hal ini menunjukkan bahwa jika guru mengajar dengan banyak ceramah, maka peserta didik akan mengingat hanya 20% karena mereka hanya mendengarkan.

Sebaliknya, jika guru meminta peserta didik untuk melakukan sesuatu dan melaporkannya, maka mereka akan mengingat sebanyak 90%. Hal ini ada kaitannya dengan pendapat yang dikemukakan oleh seorang filsof Cina Confocius, bahwa:“apa yang saya dengar, saya lupa; apa yang saya lihat, saya ingat; dan apa yang saya lakukan saya paham. Dari kata-kata bijak ini kita dapat mengetahui betapa pentingnya keterlibatan langsung dalam pembelajaran”

4) Pengulangan

Prinsip belajar yang menekankan perlunya pengulangan adalah teori psikologi daya. Menurut teori ini belajar adalah melatih daya-daya yang ada pada manusia yang terdiri atas daya mengamati, menanggapi, mengingat, mengkhayal, merasakan, berfikir dan sebagainya. Dengan mengadakan pengulangan maka daya-daya tersebut akan berkembang, seperti halnya pisau yang selalu diasah akan menjadi tajam, maka daya yang dilatih dengan pengulangan-pengulangan akan sempurna. Dalam proses belajar, semakin sering materi pelajaran diulangi maka semakin ingat dan melekat pelajaran itu dalam diri seseorang.

Mengulang besar pengaruhnya dalam belajar, karena dengan adanya pengulangan "bahan yang belum begitu dikuasai serta mudah terlupakan" akan tetap tertanam dalam otak seseorang. Mengulang dapat secara langsung sesudah membaca, tetapi juga

bahkan lebih penting adalah mempelajari kembali bahan pelajaran yang sudah dipelajari misalnya dengan membuat ringkasan. Teori lain yang menekankan prinsip pengulangan adalah teori koneksionisme-nya Thorndike. Dalam teori koneksionisme, ia mengemukakan bahwa belajar ialah pembentukan hubungan antara stimulus dan respon, dan pengulangan terhadap pengalaman-pengalaman itu memperbesar peluang timbulnya respon benar.

5) Tantangan

Teori medan (*Field Theory*) dari Kurt Lewin mengemukakan bahwa siswa dalam belajar berada dalam suatu medan. Dalam situasi belajar siswa menghadapi suatu tujuan yang ingin dicapai, tetapi selalu terdapat hambatan dalam mempelajari bahan belajar, maka timbullah motif untuk mengatasi hambatan itu dengan mempelajari bahan belajar tersebut. Apabila hambatan itu telah diatasi, artinya tujuan belajar telah tercapai, maka ia akan dalam medan baru dan tujuan baru, demikian seterusnya.

Menurut teori ini belajar adalah berusaha mengatasi hambatan-hambatan untuk mencapai tujuan. Agar pada diri anak timbul motif yang kuat untuk mengatasi hambatan dengan baik, maka bahan pelajaran harus menantang. Tantangan yang dihadapi dalam bahan belajar membuat siswa bersemangat untuk mengatasinya. Bahan pelajaran yang baru yang banyak mengandung masalah yang perlu dipecahkan membuat siswa

tertantang untuk mempelajarinya. Penggunaan metode eksperimen, *inquiri, discovery* juga memberikan tantangan bagi siswa untuk belajar secara lebih giat dan sungguh-sungguh. Penguatan positif dan negatif juga akan menantang siswa dan menimbulkan motif untuk memperoleh ganjaran atau terhindar dari hukuman yang tidak menyenangkan.

6) Balikan dan Penguatan

Prinsip belajar yang berkaitan dengan balikan dan penguatan adalah teori belajar *operant conditioning* dari B.F. Skinner. Kunci dari teori ini adalah hukum efeknya Thordike, hubungan stimulus dan respon akan bertambah berat, jika disertai perasaan senang atau puas dan sebaliknya bisa lenyap jika disertai perasaan tidak senang. Artinya jika suatu perbuatan itu menimbulkan efek baik, maka perbuatan itu cenderung diulangi.

Sebaliknya jika perbuatan itu menimbulkan efek negatif, maka cenderung untuk ditinggalkan atau tidak diulangi lagi. Siswa akan belajar lebih semangat apabila mengetahui dan mendapat hasil yang baik. Apabila hasilnya baik akan menjadi balikan yang menyenangkan dan berpengaruh baik bagi usaha belajar selanjutnya. Namun dorongan belajar itu tidak saja dari penguatan yang menyenangkan tetapi juga yang tidak menyenangkan, atau dengan kata lain adanya penguatan positif maupun negatif dapat memperkuat belajar. Siswa yang belajar sungguh-sungguh akan

mendapat nilai yang baik dalam ulangan. Nilai yang baik itu mendorong anak untuk belajar lebih giat lagi. Nilai yang baik dapat merupakan *operan conditioning* atau penguatan positif. Sebaliknya, anak yang mendapat nilai yang jelek pada waktu ulangan akan merasa takut tidak naik kelas, karena takut tidak naik kelas ia terdorong untuk belajar yang lebih giat. Di sini nilai jelek dan takut tidak naik kelas juga bisa mendorong anak untuk belajar lebih giat, inilah yang disebut penguatan negatif.

7) Perbedaan Individual

Siswa merupakan makhluk individu yang unik yang mana masing-masing mempunyai perbedaan yang khas, seperti perbedaan intelegensi, minat bakat, hobi, tingkah laku maupun sikap, mereka berbeda pula dalam hal latar belakang kebudayaan, sosial, ekonomi dan keadaan orang tuanya. Guru harus memahami perbedaan siswa secara individu, agar dapat melayani pendidikan yang sesuai dengan perbedaannya itu. Siswa akan berkembang sesuai dengan kemampuannya masing-masing. Setiap siswa juga memiliki tempo perkembangan sendiri-sendiri, maka guru dapat memberi pelajaran sesuai dengan temponya masing-masing.

Perbedaan individual ini berpengaruh pada cara dan hasil belajar siswa. Karenanya, perbedaan individu perlu diperhatikan oleh guru dalam upaya pembelajaran. Sistem pendidikan kalsik yang dilakukan di sekolah kita kurang memperhatikan masalah

perbedaan individual, umumnya pelaksanaan pembelajaran di kelas dengan melihat siswa sebagai individu dengan kemampuan rata-rata, kebiasaan yang kurang lebih sama, demikian pula dengan pengetahuannya.

8) Pembelajaran sosial

Pembelajaran sosial adalah pandangan bahwa orang-orang dapat belajar melalui pengamatan dan pengalaman langsung. Meskipun teori pembelajaran sosial adalah perluasan dari pengkondisian operan, teori ini berasumsi bahwa perilaku adalah sebuah fungsi dari konsekuensi. Teori ini juga mengakui keberadaan pembelajaran melalui pengamatan dan pentingnya persepsi dalam pembelajaran.

9) Metode pembentukan perilaku

Ketika seseorang mencoba untuk membentuk individu dengan membimbingnya selama pembelajaran yang dilakukan secara bertahap, orang tersebut sedang melakukan pembentukan perilaku. Pembentukan perilaku adalah secara sistematis menegaskan setiap urutan langkah yang menggerakkan seorang individu lebih dekat terhadap respons yang diharapkan. Terdapat empat cara pembentukan perilaku: melalui penegasan positif, penegasan negatif, hukuman, dan peniadaan.

2. Pembelajaran Penjas

a. Pengertian Pembelajaran Penjas

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh makhluk sosial, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. Definisi pendidikan jasmani tidak hanya menunjuk pada pengertian tradisional dari aktivitas fisik. Kita harus melihat istilah pendidikan jasmani pada bidang yang lebih luas dan lebih abstrak, sebagai satu proses pembentukan kualitas pikiran dan juga tubuh.

Karenanya pendidikan jasmani ini harus menyebabkan perbaikan dalam pikiran (psikis) dan tubuh (fisik) yang mempengaruhi seluruh aspek kehidupan harian seseorang. Pendekatan holistik tubuh-jiwa ini termasuk pula penekanan pada ketiga domain kependidikan: psikomotor, kognitif dan afektif. Pendidikan jasmani diharapkan mampu menciptakan tubuh yang baik bagi pikiran atau jiwa.

Pendidikan Jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi.

Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, yaitu jasmani, psikomotor, kognitif dan afektif.

Dari pengertian tersebut, maka pendidikan jasmani tidak diarahkan untuk menguasai cabang olahraga tertentu, namun lebih mengutamakan pertumbuhan dan perkembangan motorik siswa.

Materi mata pelajaran pendidikan jasmani yang meliputi pengalaman mempraktikkan keterampilan dasar permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, uji diri, aktivitas ritmik, akuatik (aktivitas air) dan pendidikan luar kelas (*outdoor education*). Materi-materi semacam ini disajikan untuk membantu peserta didik agar memahami mengapa manusia bergerak dan bagaimana cara melakukan gerakan secara aman, efisien dan efektif. Adapun implementasinya perlu dilakukan secara terencana, bertahap dan berkelanjutan yang pada gilirannya peserta didik diharapkan dapat meningkatkan sikap positif bagi diri sendiri dan menghargai manfaat aktivitas jasmani.

Penerapan berbagai pendekatan teori belajar mengajar yang tepat oleh guru diharapkan akan mampu mengungkap nilai-nilai yang terkandung dalam olahraga dan memberi kontribusi kepada berbagai aspek kehidupan siswa secara positif. Pada tataran implikasi waktu jangka pendek penjasorkes diarahkan agar siswa memiliki kebugaran jasmani, kesenangan melakukan aktivitas fisik dan olahraga (gaya

hidup yang aktif dan sehat), memiliki prestasi olahraga sesuai dengan tahapannya, dan memperoleh nilai-nilai pendidikan yang diperlukan bagi anak itu untuk bekal kehidupan sekarang maupun di masa yang akan datang.

b. Konsep Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Terdapat beberapa teori tentang konsep pembelajaran pendidikan jasmani. Menurut Syarifudin (1997), mengungkapkan bahwa konsep pendidikan jasmani mencakup empat komponen, antara lain:

1. Komponen Organik, merupakan gambaran aspek fisik dan psikomotor dan harus dicapai pada setiap proses pembelajaran, yang meliputi ; kapasitas fungsional dari organ-organ seperti daya tahan jantung dan otot.
2. Komponen neuromuskuler, merupakan gambaran tentang aspek kemampuan unjuk kerja keterampilan gerak yang didasari oleh kelenturan, kelincahan, keseimbangan, kecepatan dan lain-lain.
3. Komponen intelektual, merupakan gambaran yang dapat dipadankan dengan kognitif.
4. Komponen emosional, merupakan gambaran yang dapat dipadankan dengan afektif.

Dari keempat konsep pendidikan jasmani yang telah disampaikan, kemudian dikenal dengan istilah *learning by moving*. Secara harfiah, istilah tersebut berarti belajar melalui gerak. Makna

yang lebih luas adalah kita belajar melalui gerak dengan pendidikan jasmani. Bukan belajar untuk bergerak yang selama ini menjadi persepsi kebanyakan orang.

Kemudian, dari keempat konsep tersebut dapat disederhanakan menjadi tiga konsep saja, yaitu:

1. Mengembangkan aspek psikomotorik (keterampilan fisik);
2. Mengembangkan aspek kognitif (keterampilan intelektual);
3. Mengembangkan aspek afektif (keterampilan moral, emosional, sosial dan spiritual).

c. Tujuan dan Fungsi Pendidikan Jasmani

Berdasarkan konsep *learning by moving*, pendidikan jasmani memiliki tujuan dan fungsi yang tentunya berbeda dengan ilmu pengetahuan yang lain. Adapun tujuan pendidikan jasmani adalah sebagai berikut:

1. Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani
2. Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis dan agama
3. Menumbuhkan kemampuan berfikir kritis melalui tugas-tugas pembelajaran Pendidikan Jasmani
4. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis melalui aktivitas jasmani

5. Mengembangkan keterampilan gerak dan keterampilan teknik serta strategi berbagai permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, senam, aktivitas ritmik, akuatik (aktivitas air) dan pendidikan luar kelas (*Outdoor education*)
6. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani
7. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain
8. Mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran dan pola hidup sehat.
9. Mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat rekreatif.

d. Kurikulum dan Materi Pendidikan Jasmani di SD

Winkel (1983:43) menyatakan bahwa kurikulum merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi proses belajar mengajar, karena dalam kurikulum berisi : tujuan, bahan dan pembagian waktunya. Pembuatan kurikulum penjasorkes untuk SD disusun oleh para pakar, namun masih saja terdapat kelemahan maupun kekurangannya, baik mengenai : tujuan, bahan, maupun pembagian waktunya. Dari dulu hingga sekarang kurikulum penjasorkes di SD telah mengalami beberapa kali perbaikan, namun tetap saja terdapat kelemahan.

Tujuan Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (Penjasorkes) sesuai dengan GBPP Penjas di SD yaitu untuk membantu siswa untuk perbaikan derajat kesehatan dan kebugaran jasmani melalui pengertian, pengembangan sikap positif, dan keterampilan gerak dasar serta berbagai aktifitas jasmani. Jadi tujuan utama dalam pembelajaran penjasorkes di SD yaitu meningkatkan kebugaran jasmani siswa. Selain itu tujuan yang lain adalah : memacu pertumbuhan, mengerti pentingnya kesehatan dan olahraga terhadap perkembangan jasmani dan mental, mengerti peraturan dan menumbuhkan sikap positif dan mampu mengisi waktu luang dengan bermain.

Kendala pada tujuan kurikulum penjas di SD adalah tidak mungkin semua dapat tercapai, terutama jika siswa dituntut mengerti peraturan dan dapat melewati pertandingan cabang-cabang olahraga, hal ini rasanya tidak mungkin. Cara mengatasinya yaitu siswa tidak usah dituntut untuk melewati pertandingan cabang-cabang olahraga, cukup mengerti sebagian kecil peraturan pertandingan yang penting-penting saja.

Bahan atau materi pembelajaran penjasorkes di SD terdiri dari atletik, senam, permainan, pendidikan kesehatan, serta olahraga pilihan yang keterlaksanaannya diserahkan kepada masing-masing SD (renang, pencak silat, bulutangkis, tenis meja, tenis, sepak takraw, serta olahraga tradisional). Materi pembelajaran tersebut telah disusun

secara rinci beserta uraian singkat yang dituangkan di dalam GBPP Penjas di SD. Jadi jika seorang guru akan mempersiapkan suatu pembelajaran harus memperhatikan bahan pembelajaran yang akan diberikan kepada anak didiknya, sehingga harus disesuaikan dengan kemampuan siswa.

Kendala pada materi pembelajaran Penjas di SD adalah jumlah materi yang terlalu banyak, sehingga materi yang satu belum dikuasai, sudah harus diganti dengan materi yang lain. Cara mengatasinya yaitu dalam mencerna materi penjas yang ada di GBPP, guru penjasorkes harus selektif dan fleksibel. Guru-guru penjasorkes hendaknya memilih materi dengan mengingat kemungkinan keterlaksanaanya.

B. Pembelajaran di SDIT

Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting pada anak usia SD. Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan, keterampilan motorik, kemampuan fisik serta pembiasaan pola hidup sehat. Untuk mencapai sasaran tersebut, maka diperlukan program pembelajaran pendidikan jasmani yang tepat bagi siswa SD. Berdasarkan hasil survai, siswa yang sekolah di SDIT waktu bermain dirumah relatif sedikit. Hal ini dikarenakan siswa pulang pukul 14.00 sampai rumah sudah sore, belum lagi jika orang tuanya masih memberikan les tambahan pada anaknya. Oleh karena itu, program pendidikan jasmani di SDIT harus di desain agar dapat memenuhi kebutuhan bermain untuk pertumbuhan dan perkembangan motorik siswa.

Dengan tugasnya yang begitu vital dalam proses pembelajaran penjas, maka seorang guru penjas harus memiliki syarat-syarat khusus. Menurut Sukintaka (1992: 2) syarat-syarat guru Penjas yaitu :

1. Memahami pengetahuan pendidikan jasmani
2. Memahami karakteristik anak
3. Mampu membangkitkan dan memberikan kesempatan pada anak untuk berkreasi dan aktif dalam proses pembelajaran penjas.
4. Mampu memberikan bimbingan pada anak dalam pembelajaran agar tercapai tujuan pendidikan jasmani
5. Mampu merencanakan, melaksanakan dan mengendalikan, menilai dan mengorganisasikan proses pembelajaran penjas.
6. Memiliki pendidikan dan penguasaan gerak
7. Memiliki pemahaman tentang unsur kondisi jasmani

Pelaksanaan proses pembelajaran bagi guru Penjasorkes seharusnya memperhatikan beberapa indikator di bawah ini :

1. Menetapkan materi pembelajaran
2. Menetapkan indikator pencapaian kompetensi
3. Menetapkan tujuan pembelajaran
4. Menetapkan metode, media serta sarana dan prasarana yang digunakan dalam pembelajaran Penjasorkes
5. Menetapkan sumber belajar yang akan digunakan dalam pembelajaran
6. Menetapkan evaluasi/ penilaian dengan menggunakan acuan patokan atau kriteria penilaian

7. Mengadakan remedial bagi siswa yang belum memenuhi syarat penilaian KKM
8. Mengadakan pengayaan bagi siswa yang sudah mampu/ memenuhi syarat penilaian KKM

C. Penelitian Yang Relevan

1. Penelitian dari Muhani (2006) yang berjudul “Pelaksanaan Program Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar Islam Terpadu se-Daerah Istimewa Yogyakarta”. Penelitian ini secara umum ingin mengetahui tingkat pelaksanaan program pendidikan jasmani di SDIT se-Daerah Istimewa Yogyakarta yang tergabung dalam Jaringan Sekolah Islam Terpadu (JSIT) Wilayah DIY. Sedangkan secara khusus ingin mengetahui tingkat pelaksanaan: 1) tujuan pembelajaran; 2) metode pembelajaran; 3) materi pembelajaran; 4) alokasi waktu; 5) alat dan fasilitas; 6) evaluasi. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah guru SDIT se-Daerah Istimewa Yogyakarta yang mengajar pendidikan jasmani yang tergabung dalam JSIT Wilayah DIY, yang berjumlah 26 orang. Metode yang digunakan adalah metode survai dan pengambilan datanya dengan angket (kuesioner). Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif dengan persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan program pendidikan jasmani di SDIT se Yogyakarta berada pada kategori cukup dengan prosentase 61,5%. Hasil penelitian secara keseluruhan adalah 1). Faktor tujuan pembelajaran termasuk kategori tinggi dengan prosentase 77,8%; 2). Faktor metode pembelajaran

termasuk kategori tinggi dengan prosentase 77,8%; 3). Faktor materi pembelajaran termasuk kategori cukup dengan prosentase 73,8% 4). Faktor alokasi termasuk cukup dengan prosentase 54,6% 5). Alat dan fasilitas cukup dengan prosentase 64,1%; 6). Evaluasi cukup dengan prosentase 70,5%.

2. Penelitian dari Armiyah (2011) yang berjudul “Pelaksanaan Proses Pembelajaran Penjasorkes Berdasarkan KTSP di Sekolah Dasar Negeri 1 Sidabowa Kecamatan Patikraja Kabupaten Banyumas”. Penelitian yang dilakukan adalah penelitian deskriptif kualitatif. Desain penelitian yang digunakan adalah desain penelitian deskriptif, yaitu tidak memberikan perlakuan terhadap sampel penelitian. Subyek dalam penelitian ini adalah Kepala Sekolah, Guru Penjasorkes, Penjaga Sekolah dan perwakilan siswa SD Negeri 1 Sidabowa Kecamatan Patikraja Kabupaten Banyumas. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan lembar observasi dan lembar wawancara yang disusun oleh peneliti. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri 1 Sidabowa Kecamatan Patikraja Kabupaten Banyumas : 1) telah melaksanakan perencanaan pembelajaran Penjasorkes dengan baik sesuai dengan KTSP. 2) telah melaksanakan pembelajaran Penjasorkes dengan baik sesuai dengan KTSP, dan 3) telah melaksanakan proses penilaian (evaluasi) Penjasorkes sesuai dengan KTSP.

D. Kerangka Berpikir

Pendidikan jasmani di SDIT menjadi penting, karena pertumbuhan anak harus berjalan seimbang antara *fikriyah*, *ruhiyah* dan *jasadiyah*. Dalam segi *fikriyah* dan *ruhiyah* anak sudah mendapat jatah waktu yang cukup sesuai dengan acuan kurikulum. Nilai plus SDIT dibanding SD umum lainnya adalah keterpaduan antara nilai-nilai Islam baik dalam pelajaran maupun di luar pelajaran. Sedangkan dalam segi *jasadiyah*, pelajaran penjas yang berfungsi sebagai sarana pertumbuhan dan perkembangan anak dalam jadwal pelajaran dua jam tiap minggu atau satu kali pertemuan dalam seminggu. Waktu yang tersedia ini masih sangat kurang jika melihat waktu anak di sekolah relatif lebih banyak dibandingkan dengan SD umum lainnya. Ditambah dengan jarak antara SD ke tempat pembelajaran di lapangan yang berjarak sekitar 1 km. Oleh karena itu, program pembelajaran Penjas di SDIT harus direncanakan untuk dapat memenuhi kebutuhan pertumbuhan siswa dengan mengoptimalkan pelaksanaan pembelajaran penjas serta program-program pendukung lainnya.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Jenis penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian deskriptif kualitatif. Sesuai dengan tujuan penelitian yang telah diterapkan, yaitu untuk mengetahui potret pelaksanaan pembelajaran penjas orkes di SDIT Ulul Albab 1 Desa Majir Kabupaten Purworejo, Menurut Prof. Dr. Sugiyono (2009: 15) mengemukakan bahwa: “metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah.”

Dalam penelitian kualitatif ini peneliti akan meneliti masalah yang ada di SDIT Ulul Albab 1 Desa Majir Kabupaten Purworejo. Masalah yang akan diteliti sejak awal sampai akhir penelitian tidak akan merubah masalah yang terjadi di SDIT Ulul Albab 1 Desa Majir Kabupaten Purworejo.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Untuk menghindari kesalahan pengertian terhadap variabel dalam penelitian ini, maka perlu didefinisikan variabel penelitian. Dalam penelitian ini variabel penelitiannya adalah proses pembelajaran penjas di SDIT Ulul Albab 1 Desa Majir Kabupaten Purworejo, yang dikumpulkan datanya dengan melakukan observasi dan wawancara.

Dalam hal ini peneliti menggunakan teknik observasi terus terang atau tersamar yaitu peneliti dalam melakukan pengumpulan data menyatakan terus terang kepada sumber data, bahwa ia sedang melakukan penelitian. Jadi

mereka yang diteliti mengetahui sejak awal sampai akhir tentang aktivitas peneliti. Tetapi dalam suatu saat peneliti juga tidak terus terang atau tersamar dalam observasi, hal ini untuk menghindari kalau suatu saat data yang dicari merupakan data yang masih dirahasiakan. Kemungkinan kalau dilakukan dengan terus terang, maka peneliti tidak akan diijinkan untuk melakukan observasi.

Sedangkan wawancara menggunakan teknik wawancara tidak terstruktur yaitu wawancara yang bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya. Pedoman wawancara yang digunakan hanya berupa garis-garis besar permasalahan yang akan ditanyakan.

C. Subyek Penelitian

Dalam penelitian kualitatif tidak menggunakan istilah populasi atau sampel, tetapi oleh Spradley dinamakan “*social situation*” atau situasi sosial yang terdiri atas tiga elemen yaitu : tempat (*place*), pelaku (*actors*), dan aktifitas (*activity*) yang berinteraksi secara sinergis. Situasi sosial tersebut dapat dinyatakan sebagai obyek penelitian yang ingin difahami secara lebih mendalam “apa yang terjadi” di dalamnya. Pada situasi sosial atau obyek penelitian ini peneliti dapat mengamati secara mendalam aktifitas orang-orang yang ada pada tempat tertentu.

Subyek pada penelitian ini adalah pendukung semua kegiatan dalam proses pembelajaran Penjas di SDIT Ulul Albab 1 Desa Majir Kabupaten Purworejo. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan observasi dan

wawancara. Observasi atau pengamatan dilakukan terhadap kegiatan pembelajaran, sedangkan wawancara dilakukan untuk memperoleh data pendukung kegiatan pembelajaran Penjasorkes.

D. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan peneliti untuk mengambil data. Dalam penelitian kualitatif, yang menjadi instrument atau alat penelitian adalah peneliti itu sendiri. Oleh karena itu, peneliti sebagai instrumen juga harus “divalidasi” seberapa jauh peneliti kualitatif siap melakukan penelitian yang selanjutnya terjun ke lapangan. peneliti kualitatif sebagai *human instrument*, berfungsi menetapkan fokus penelitian, memilih informan sebagai sumber data, melakukan pengumpulan data, menilai kualitas data, menganalisis data, menafsirkan data dan membuat kesimpulan atas temuannya. Berikut adalah fokus dan pertanyaan penelitian:

1. Bagaimana kesiapan guru dalam mengajar?
2. Bagaimana peran guru saat mengajar?
3. Bagaimana kesiapan siswa sebelum mengikuti pembelajaran?
4. Bagaimana peran siswa saat mengikuti pembelajaran?
5. Bagaimana kelengkapan fasilitas dan alat dalam mendukung pembelajaran?
6. Bagaimana penggunaan fasilitas dan alat dalam mendukung pembelajaran?
7. Bagaimana penerapan aspek mengajar?
8. Bagaimana penerapan prinsip mengajar?

9. Bagaimana penerapan metode mengajar?
10. Faktor-faktor apa yang menjadi penghambat pembelajaran?

E. Teknik Analisis Data

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan suatu keadaan dan tidak bertujuan untuk merubah keadaan tersebut. Teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah model analisis interaktif, yang meliputi komponen :

a. Pengumpulan data

Pengumpulan data melalui pengamatan menggunakan, wawancara dan dokumentasi. Dengan demikian dimungkinkan terkumpul data yang sangat banyak. Untuk itu perlu suatu cara mengendalikan data yang banyak dengan menggunakan kode. Koding dibuat menurut klasifikasi permasalahan penelitian, yaitu :

1. Unsur yang terlibat dalam proses pembelajaran :
 - KG : kesiapan guru sebelum pembelajaran berlangsung meliputi penyusunan materi, indikator dan tujuan; latar belakang pendidikan guru; memiliki silabus dan RPP; mengikuti seminar dan aktif dalam KKG
 - PG : peran guru berupa keaktifan guru selama mengajar, berupa mengelola, komunikatif, memperhatikan, memotifasi dan mengevaluasi terhadap siswa
 - KS : kesiapan siswa untuk mengikuti pembelajaran meliputi minat, kehadiran dan kedisiplinan
 - PS : peran siswa berupa keaktifan siswa selama mengikuti pembelajaran meliputi menjalin interaksi, berani bertanya, perhatian terfokus dan menjalankan instruksi guru
 - KF : kelengkapan fasilitas dan alat meliputi tersedia alat bantu dan lapangan
 - PF : penggunaan fasilitas dan alat meliputi pemanfaatan lapangan dan alat bantu secara maksimal
2. Unsur mengajar yang diterapkan
 - AM : penerapan aspek mengajar meliputi kognitif, afektif dan psikomotorik

- PM : penerapan prinsip mengajar, meliputi Perhatian dan motivasi, Keaktifan, Keterlibatan langsung/pengalaman. Pengulangan, Tantangan, Balikan dan penguatan, Perbedaan Individual, Pembelajaran sosial. Metode pembentukan perilaku
- MM : penerapan metode mengajar meliputi Pola pelaksanaan mengajar terdiri dari pemanasan, inti dan penutup, Materi ajar disampaikan dengan melalui penjelasan, demonstrasi, penugasan dan evaluasi/koreksi kesalahan
- 3. Sumber data dan metode pengumpulan data
 - OM : pengamatan pada saat proses pembelajaran
 - OX : pengamatan selain pada saat proses pembelajaran
 - WM : wawancara ditempat proses pembelajaran
 - WX : wawancara selain ditempat proses pembelajaran
 - DO : dokumentasi yang dilakukan

b. Penyajian data

Penyajian data dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart*, dan sejenisnya. Namun pada umumnya, penyajian data pada penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat narasi.

c. Reduksi data

Reduksi data adalah proses merangkum, memilih hal hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Dengan demikian, maka data yang direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan.

d. Penarikan kesimpulan / verifikasi

Penarikan kesimpulan/verifikasi menggunakan metode triangulasi data yaitu menarik kesimpulan dari tiga komponen yaitu dari perencanaan, perlakuan dan pengamatan, serta refleksi. Tiga komponen tersebut

disusun menjadi sebuah siklus yang berulang seperti yang diungkapkan Kemmis dan Mc Taggart yang disunting dalam buku Suharsimi (2002: 84).

F. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan melalui tiga tahap, yaitu (1) tahap persiapan, (2) tahap pengumpulan data, dan (3) tahap analisis data dan penulisan hasil penelitian. Dalam tahap persiapan dilaksanakan pada tanggal 24 Juli 2012 meliputi kegiatan studi pendahuluan dan pengurusan izin penelitian. Bentuk studi pendahuluan merupakan upaya peneliti untuk masuk dalam lingkungan SDIT Ulul Albab 1 Desa Majir Kabupaten Purworejo

Tahap pengumpulan data dilaksanakan pada bulan Agustus 2012. Pada tahap ini peneliti melakukan pengumpulan data melalui pengamatan, wawancara dan dokumentasi. Hasil dari pengamatan, wawancara dan dokumentasi tersebut dicatat dalam bentuk catatan lapangan, kemudian disesuaikan dengan jenis data dan kategori yang telah dibuat.

Tahap analisis data dan penulisan hasil dilaksanakan pada bulan Agustus 2012 sampai selesai. Meskipun analisis data telah dilakukan sejak awal pengumpulan data, tetapi analisis yang dilakukan masih dalam bagian-bagian. Dari analisis selama pengumpulan data dirangkum untuk mengambil kesimpulan dan menjawab pertanyaan penelitian dengan cara analisis secara keseluruhan. Hasil dari analisis secara keseluruhan dapat dijadikan dasar pengambilan kesimpulan dan menjawab pertanyaan penelitian yang dituangkan dalam laporan hasil penelitian.

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Sejarah SDIT

Pada tahun 90-an, muncul sebuah Sekolah Dasar dengan program pembelajaran dan waktu pembelajaran yang berbeda dengan Sekolah Dasar lainnya, yang kemudian dikenal dengan nama Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT). Sekolah Dasar Islam Terpadu mengembangkan pola pendidikan menyeluruh atau terpadu, yaitu pendidikan umum, pendidikan agama (Islam) serta pengamalannya dalam kegiatan belajar mengajar. Waktu pembelajaran di SDIT adalah *full day* atau sehari penuh, yaitu mulai pukul 07.35 sampai dengan 14.00. Tingkat kepercayaan masyarakat kepada SDIT dari tahun ke tahun semakin meningkat. Hal ini terlihat dengan semakin bertambahnya jumlah SDIT yang didirikan. Dari segi jumlah siswanya pun juga relatif tidak mengalami penurunan, bahkan sebaliknya, semakin bertambah banyak. Hal ini dikarenakan anak-anak yang disekolahkan di SDIT dengan waktu pembelajaran *full day*, dididik pengetahuan umum maupun moral (Islam). Bagi orang tua yang sebagian waktu siangnya telah tersita untuk bekerja, akan merasa tenang karena selama ditinggal bekerja anaknya tetap ada yang mendidik.

SDIT Ulul Albab 1 Purworejo berdiri pada tahun 2002, beralamat di jalan Sembaon desa Majir Kecamatan Kutoarjo Kabupaten Purworejo,

adapun Kepala SDIT Ulul Albab 1 Kabupaten Purworejo yang bertugas dari sejak berdiri sampai pada saat ini (2002-2012) adalah Drs Aris Akhmad, SDIT Ulul Albab 01 Desa Majir Kabupaten Purworejo berada di bawah naungan Yayasan Ulul Albab Purworejo Jawa Tengah

2. Letak Geografis

Menurut keadaannya saat ini SDIT Ulul Albab 1 Kabupaten Purworejo memiliki dua lokasi. Pertama adalah lokasi lama yaitu bekas gedung SDN Majir I yang digabung dengan SDN Majir II. Gedung SD ini terletak di jalan Sembaon desa Majir kecamatan Kutoarjo Kabupaten Purworejo. Sedangkan yang kedua merupakan gedung milik sendiri yang dibiayai secara swadaya oleh pihak sekolah dan yayasan Ulul Albab. Gedung tersebut berada di kompleks Perum Argopeni Kutoarjo Kabupaten Purworejo kurang lebih berjarak empat kilometer dari lokasi pertama. Di lokasi yang pertama, saat ini masih ditempati tiga kelas yaitu kelas tiga, empat dan lima. Sedangkan di lokasi yang kedua, saat ini sudah ditempati oleh sebelas kelas yaitu kelas satu sampai kelas 6 yang rata-rata memiliki kelas paralel.

3. Keadaan Siswa, Guru dan Karyawan

a. Keadaan Siswa

Pendidikan merupakan usaha untuk mengendalikan *learning* guna mencapai tujuan yang direncanakan secara efektif dan efisien. Dalam proses *learning* ini sangatlah penting, karena merupakan kegiatan yang dilakukan oleh guru untuk *mentransfer* pengetahuan,

keterampilan dan nilai kepada siswa sehingga apa yang ditransfer memiliki makna bagi diri sendiri dan berguna tidak saja bagi dirinya tetapi juga bagi masyarakatnya.

Berdasarkan data komunikasi SDIT Ulul Albab 1 Kabupaten Purworejo keadaan siswa tahun pelajaran 2012/ 2013 sebagai berikut:

Tabel 1. Keadaan Siswa SDIT Ulul Albab 1 Kabupaten Purworejo 2012/ 2013

Kelas	Laki-laki	Perempuan	Jumlah
I	35	35	70
II	27	30	57
III	38	32	70
IV	22	22	44
V	20	17	37
VI	17	18	35
Jumlah	159	154	313

Sumber : Dokumentasi SDIT Ulul Albab 1 Kabupaten Purworejo 2012/2013

Jumlah siswa yang berada di SDIT Ulul Albab 1 desa Majir hanya 43 siswa, terbagi menjadi tiga kelas yaitu kelas III A berjumlah 16 siswa, kelas IV A berjumlah 14 siswa dan V A berjumlah 13 siswa.

b. Keadaan Guru dan Karyawan

1) Profil dan Latar Belakang Pengajar

Guru di SDIT Ulul Albab 1 Kabupaten Purworejo berjumlah 26 guru yaitu 8 guru laki-laki dan 18 guru perempuan. Sebagian besar guru berlatar pendidikan S1 yaitu berjumlah 23 guru, sedangkan 3 guru yang lain masih berlatar belakang pendidikan Diploma. Mereka lulus dari Universitas ternama

yaitu dari Universitas Gajah Mada (UGM) 2 guru, Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) 4 guru, IAIN Sunan Kalijaga 2 guru, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY) 1 guru, Universitas Ahmad Dahlan (UAD) 1 guru, Universitas Jenderal Soedirman (Unsoed) 2 guru, Universitas Muhammadiyah Purworejo (UMP) 3 guru, Universitas Muhammadiyah Surakarta (UMS) 1 guru, Universitas Negeri Surakarta (UNS) 1 guru, Universitas Negeri Semarang (UNNES) 2 guru, Universitas Diponegoro (UNDIP) 1 guru, Universitas Negeri Jember (UNJEM) 1 guru, STAINU Kebumen 1 guru.

Di SDIT Ulul Albab 01 Desa Majir Kabupaten Purworejo guru termuda yaitu Bapak Anjar Dhani T, A.Ma.Pd yang sekaligus menjadi pelaku (*actor*) yang diteliti oleh peneliti. Beliau masih berumur 22 tahun dan sekarang beliau masih melanjutkan studi di UNY untuk memperoleh gelar sarjana. Beliau berasal dari desa Karanganyar Kecamatan Pituruh Kabupaten Purworejo yang berjarak 7 km dari SDIT Ulul Albab 01 Desa Majir Kabupaten Purworejo yang berada di desa Majir. Sedangkan guru yang tertua yaitu Bapak Chairil Archam Edi Martono, IR, beliau berumur 46 tahun. Berasal dari desa Sumbersari Kecamatan Banyuurip Kabupaten Purworejo. Lulus sarjana dari Universitas Jendral Soedirman.

2) Profil dan latar belakang Karyawan

Karyawan di SDIT Ulul Albab 01 Desa Majir Kabupaten Purworejo berjumlah 11 orang, diantaranya yaitu sebagai TU 3 orang, Perpustakaan 1 orang, penjaga sekolah 3 orang, dan juru masak 4 orang.

4. Profil Sekolah

a. Filosofi

- 1) “Hendaknya kalian khawatir meninggalkan generasi yang lemah, hidup sesudah kalian.” (Q.S. An-Nisa: 9), maksudnya sebagai guru bertanggungjawab untuk mendidik sangat besar, sehingga dapat menjadikan anak didik sebagai generasi berikutnya yang akan memimpin suatu kaum.
- 2) Upaya mewujudkan kembali generasi Islam unggulan sebagaimana generasi di zaman Rosulullah, maksudnya sebagai guru selain mendidik di sekolah dapat mendidik secara agama dengan menerapkan akhlak sebagaimana yang telah diajarkan di zaman Rosulullah pada setiap anak didiknya.
- 3) Perlunya pendidikan Islam yang bermutu dan di kelola secara professional, maksudnya guru dapat mengajar secara professional yaitu dari jam mengajar yang sesuai dan menerapkan pendidikan Islam pada setiap mata pelajaran yang diajarkan.

b. Visi

Mewujudkan Generasi Masa Depan yang Takwa, Cerdas, Kreatif, Inovatif, Mandiri, dan Berakhlak Mulia.

c. Misi

- 1) Membina tumbuhnya kecerdasan yang optimal dan proporsional peserta didik baik kecerdasan, intelektual, emosional maupun spiritual, maksudnya guru dapat mengembangkan kemampuan atau potensi anak didiknya secara professional.
- 2) Menumbuhkembangkan dan melatih daya cipta, rasa dan karsa serta membekali peserta didik dengan ketrampilan dan kecakapan hidup sehingga terbentuk pribadi yang kreatif, inovatif dan mandiri maksudnya guru dapat membentuk karakter siswa, keterampilan dan kepribadian siswa.
- 3) Membina kebiasaan adab dan budaya yang baik agar terbentuk akhlakul karimah pada diri setiap peserta didik, maksudnya guru dapat membentuk akhlak berkelakuan baik di dalam kehidupan sehari-hari.

d. Tujuan

- 1) Optimalisasi potensi peserta didik secara maksimal dan proporsional, baik potensi akal, jasmani maupun rohani.
- 2) Mengembangkan budaya belajar untuk belajar, belajar sepanjang hayat, dan belajar memahami dan mengamalkan

- 3) Mempersiapkan peserta didik dengan dasar-dasar kemampuan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang lebih tinggi.
- e. Program Unggulan
- 1) Setelah lulus hafal minimal satu jus Al Quran.
 - 2) Program bahasa Inggris Intensif (*English for Children*)
 - 3) Program Komputerisasi Pembelajaran TIK (Teknologi Informasi dan Telekomunikasi)
 - 4) Ekstrakurikuler : Pandu/Pramuka Sekolah Islam Terpadu (SIT), Musik, Lukis, Pidato, Kaligrafi, Komputer, Renang, Pencak Silat (wajib dari anak-anak yang telah dipilih).
- f. Nilai Lebih
- 1) Sistem Pendidikan Terpadu
 - a) Keterpaduan Kurikulum, Kurikulum Pendidikan Nasional dan Kurikulum Pendidikan Islam
 - b) Keterpaduan Ilmu, tidak ada kaitanya antara ilmu kauliyah dan ilmu kauniyah, karena pada hakekatnya semua ilmu bersumber dari Allah SWT.
 - c) Keterpaduan Aspek, aspek pendidikan yang integral dan proporsional antara pendidikan hati, akal, fisik pada tiga kemampuan : kognitif, afektif dan psikomotorik.
 - d) Keterpaduan Pengelolaan, pengelolaan pendidikan yang melibatkan secara aktif, peran orang tua, masyarakat dan pemerintah.

2) *Fullday School*

- a) Belajar sepanjang hari dengan formulasi istirahat dan bermain yang cukup sehingga anak tetap *enjoy*.
- b) Memaksimalkan pemanfaatan waktu untuk menanamkan dan membiasakan ibadah, akhlak dan adab-adab Islami
- c) Meminimalkan anak dari pengaruh pergaulan negatif.

3) *Everyday with Al Quran*

- a) Pengajaran dengan nilai-nilai Qurani
- b) Memformulasikan lingkungan belajar dengan nuansa Qurani.

g. Model Pembelajaran Siswa

- 1) Seluruh waktu adalah pembinaan yang sesuai dengan visi, misi dan tujuan lembaga sehingga pembinaan dilakukan secara intensif untuk mencapai tujuan tersebut.
- 2) Semua guru dan karyawan adalah contoh/teladan yang konsisten dan selalu mengembangkan adanya *qudwah hasanah*
- 3) Mengacu kepada keutuhan ajaran Islam, meliputi pembinaan hati, akal dan fisik, pada tiga kemampuan yaitu kognitif, afektif dan psikomotorik.
- 4) Tiap siswa dilihat kecenderungan ilmiahnya, kemudian dimatangkan sesuai kecenderungannya.
- 5) Pendidikan unggulan sesuai dengan kebutuhan dan tuntutan zaman dengan pembinaan serius.

h. *Output yang Diharapkan*

- 1) Mempunyai pengetahuan agama yang lebih tinggi dari tamatan setingkat.
- 2) Berakhlakul karimah, dapat mengaplikasikan ajaran agama dalam perilaku sehari-hari dan menjadi teladan bagi lingkungannya.
- 3) Mengetahui pengetahuan umum di atas rata-rata kelulusan.
- 4) Mempunyai sikap kemandirian yang tinggi, kreatif dan inspiratif.
- 5) Partisipasi dan bersosialisasi yang baik ditengah masyarakat.

i. *Prestasi*

Diantara beberapa prestasi, salah satu prestasi dibidang olahraga yang pernah diraih oleh SDIT Ulul Albab 1 Purworejo yaitu :

- 1) Juara II lomba lompat tinggi, lompat jauh tingkat kecamatan tahun 2007
- 2) Juara I lomba renang tingkat kecamatan tahun 2007

B. Komponen Mengajar Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan

1. Kesiapan Guru

Peneliti melakukan wawancara dengan Pak Anjar sebagai guru penjas.

Peneliti : “Berapa jumlah guru penjas yang ada di SDIT Ulul Albab 1 Purworejo?”

- Guru Penjas : “Guru Penjas di SD ini berjumlah 2 orang yaitu saya sendiri dan Pak Teguh Raharjo.”
- Peneliti : “Berasal dari manakah bapak dulu kuliah?”
- Guru Penjas : “Saya dulu kuliah Diploma II di Universitas Negeri Yogyakarta tahun 2007 dan lulus tahun 2009. Saat ini saya melanjutkan *study* saya di kampus yang sama seperti dulu untuk mengambil program Sarjana.”
- Peneliti : “Apakah bapak sudah memiliki pengalaman mengajar?”
- Guru Penjas : “Pada waktu kuliah dulu saya sudah mendapat mata kuliah *mikro teaching* yaitu mata kuliah yang materinya berupa latihan mengajar kepada teman-teman sekelas. Selain itu juga pernah diadakan program PPL yaitu mengajar langsung di SD. Jadi saya sudah sedikit banyak memiliki modal pengalaman.”
- Peneliti : “Apakah selain mengajar penjas bapak juga mengajar mata pelajaran yang lain di SD ini?”
- Guru Penjas : “Saya mengajar TIK untuk kelas atas, selain itu saat sore hari di SD juga sering diadakan ekstrakurikuler, jadi saya juga ikut melatih ekstrakurikuler.”
- Peneliti : “Apakah bapak ikut menyusun program mengajar?”
- Guru Penjas : “Saya tidak menyusun program mengajar. Pihak sekolah menyerahkannya kepada Pak Teguh yang lebih senior untuk membuat rencana program mengajar.”

Peneliti : “Persiapan apa yang anda lakukan sebelum mengajar?”

Guru Penjas : “Sebelum mengajar saya selalu mempersiapkan alat yang akan dipakai dalam pembelajaran. Selain itu saya juga mempersiapkan RPP, lembar penilaian siswa dan buku presesesi.”

Di kesempatan lain peneliti melakukan wawancara terhadap penjaga sekolah.

Peneliti : “Apakah di SD ini ada guru yang sering terlambat berangkat ke sekolah?”

Penjaga : “Jarang. Karena di SD ini ada peraturan yang ditujukan kepada guru, barang siapa guru yang terlambat ke sekolah maka akan dikenakan denda. Ini menimbulkan guru berusaha untuk tidak terlambat ke sekolah”

Peneliti : “Apakah Pak Anjar juga pernah terlambat?”

Penjaga : “Pernah, tetapi jarang. Ya sekali dua kali. Itu karena jarak dari rumah Pak Anjar ke sekolah sekitar 7 km. jadi ya beliau harus berangkat lebih awal dari rumah”

2. Peran Guru

Peneliti : “Apakah Pak Anjar dalam mengajar penjas di lapangan dapat mengelola kelas dengan baik?”

Penjaga : “Saya kurang paham, tetapi yang saya lihat beberapa siswa senang pada saat pembelajaran penjas. Banyak siswa yang menunggu pelajaran ini karena penjas

termasuk pelajaran yang banyak diminati siswa. Walaupun ada siswa yang sering berbuat gaduh, tetapi Pak Anjar dapat mengatasinya.”

Peneliti : “Apakah Pak Anjar menjalin komunikasi dengan siswa dengan cukup baik?”

Penjaga : “Beliau humoris. Jadi banyak siswa yang senang terhadap beliau. Beliau termasuk guru termuda di SD ini, jadi sifat humoris terhadap siswa masih bagus.”

Pada saat di lapangan peneliti melakukan wawancara terhadap salah satu siswa putra kelas V.

Peneliti : “Apakah sebelum mengajar Pak Anjar selalu melakukan presensi kepada semua siswa?”

Siswa : “Iya, beliau selalu melakukan presesensi setelah berdoa. Selain itu juga selalu menanyakan kepada kita apakah ada yang sakit atau tidak. Jika ada, maka beliau memperbolehkan siswa yang sakit untuk tidak mengikuti pelajaran.”

Peneliti : “Bagaimana cara mengajar Pak Anjar pada saat di lapangan?”

Siswa : “Pak Anjar mengajar dengan baik. Pada saat menyampaikan apersepsi di lapangan beliau sering membariskan siswa dengan cara melingkar. Sehingga semua siswa dapat terlihat dengan seksama. Jadi Pak

Anjar tau mana siswa yang sudah paham dengan penjelasannya dan mana yang belum jelas.

Peneliti : “Apakah Pak Anjar memberikan motivasi kepada siswa? Bagaimana cara beliau memotivasi siswa?”

Siswa : “Beliau sering memberikan motivasi, pada saat di lapangan beliau sering bertepuk tangan menyemangati dan berteriak “hayo,,hayoo.. semangat!!!. Selain itu pada pembelajaran target, misalnya pada saat pembelajaran servis bola voli melakukan sepuluh kali servis, jika ada yang dapat mencapai target delapan kali beliau memberikan imbalan uang.

3. Kesiapan Siswa

Peneliti : “Apakah anda selalu memperhatikan keadaan setiap siswa pada saat sebelum pembelajaran olahraga dimulai?”

Guru Penjas : “Setiap sebelum pembelajaran pada saat di sekolah saya selalu bertanya kepada semua siswa yang akan mengikuti pembelajaran olahraga apakah siswa ada yang merasa tidak enak badan atau merasa sakit. Jika ada, saya mengijinkan anak untuk tidak mengikuti pelajaran saya.”

Peneliti : “Apakah semua siswa melakukan sesuai dengan yang anda perintahkan?”

Guru Penjas : “Tidak semua siswa, karena ada anak yang sedikit bandel, terutama anak kelas tiga. Mereka susah diatur, karena masih anak-anak. Tetapi saya mengatasinya dengan memberikan perhatian lebih dengan memperingatkannya.

4. Peran Siswa

Peneliti : “Apakah siswa anda saling berhubungan baik antar sesama siswa?”

Guru Penjas : “Mereka baik antar sesama siswa. Karena di SDIT yang berada di Desa Majir cuma beberapa anak saja, jadi mereka saling mengenal satu sama lain.

Peneliti : “Apakah dengan guru juga demikian?”

Penjaga : “Pada saat sebelum pembelajaran dimulai, anak-anak sering berkomunikasi dengan baik. Waktu istirahat saya juga sering melihat anak-anak berbincang-bincang dengan guru-guru terutama siswa putri yang sering mengobrol.

Peneliti : “Apakah siswa berani bertanya tentang pembelajaran yang diajarkan?”

Guru Penjas : “Pastinya siswa bertanya. Tapi kebanyakan siswa putra yang sering bertanya. Sebagian siswa putra menginginkan sepak bola, karena mereka hobi untuk bermain sepak bola.”

Peneliti : “Apa anda menuruti kemauan siswa tersebut?”

Guru Penjas : “Saya menuruti kemauan siswa setelah pembelajaran penjas sudah sesuai dengan KKM.”

5. Kelengkapan Alat Dan Fasilitas

Peneliti : “Apakah alat dan fasilitas olahraga yang ada di Majir sudah cukup lengkap?”

Kepala Sekolah: “Di Majir, alat dan fasilitas di sana belum cukup lengkap. Tapi Pak Anjar dapat mensiasati alat dengan memodifikasi alat yang ada dan biasanya juga meminjam alat dari SD yang di Argopeni. Untuk lapangan,SD kami tidak memiliki lapangan. Kami menggunakan fasilitas lapangan milik desa walaupun dengan jarak yang cukup jauh sekitar satu kilometer dari SD.”

Peneliti : “Adakah rencana penambahan alat-alat yang ada di SD Majir?”

Kepala Sekolah: “Saat ini SDIT Ulul Albab 1 Purworejo terbagi menjadi dua tempat, yaitu di Majir dan di Argopeni. Kontrak yang di Majir akan segera habis, makanya semester besok semua siswa akan dipindah ke SD yang di Argopeni. Jadi penambahan alat-alat kami fokuskan yang berada di SD Argopeni”

6. Penggunaan Alat Dan Fasilitas

Peneliti : “Bagaimana anda memaksimalkan alat yang ada di SD Majir?”

Guru Penjas : “Jika alat tidak tersedia, saya sering meminjam alat dari Argopeni. Tapi jika ada, saya memodifikasinya untuk pembelajaran penjas. Dengan alat yang minimal saya berharap proses pembelajaran penjas di lapangan bisa berjalan dengan baik.”

Peneliti : “Sedangkan fasilitas, apakah anda juga menggunakannya dengan baik?”

Guru Penjas : “Fasilitas yaitu lapangan yang kami gunakan untuk proses pembelajaran. Walaupun dengan jarak yang jauh, anak-anak tetap menikmatinya dalam perjalanan. Di lapangan tersebut juga digunakan oleh beberapa SD lain. Jadi saya berbagi tempat dengan SD lain yang sedang menggunakan lapangan tersebut.

C. Reduksi Data

Dari data-data yang telah diperoleh pada saat wawancara dapat diperoleh bahwa pada saat sebelum mengajar, guru penjas melakukan persiapan yaitu mempersiapkan alat-alat yang akan digunakan di lapangan, RPP, buku presensi siswa dan lembar penilaian. Guru melakukan presensi sebelum mengajar yaitu di depan sekolahan serta memimpin doa. Pada saat mengajar di lapangan guru penjas dapat mengelola kelas dan menjalin komunikasi

dengan baik. Guru penjas melakukan apersepsi dengan cara membuat lingkaran, sehingga semua siswa dapat dicermati dan siswa juga dapat memperhatikan guru penjas. Motivasi juga diberikan pada saat pembelajaran. Teriakan penyemangat untuk siswa dan memberikan penghargaan kepada siswa yang sudah bisa memenuhi target.

Kesiapan siswa sebelum pelajaran sangat diperhatikan oleh guru penjas. Apabila ada anak yang tidak siap maka anak tersebut tidak diwajibkan untuk mengikuti pelajaran penjas di lapangan. Perintah guru penjas dapat dilaksanakan dengan cukup baik. Peran siswa di lapangan yaitu saling berinteraksi dengan guru ataupun dengan siswa yang lain. Berani bertanya kepada guru tentang materi yang diajarkan, saling Tanya jawab antar guru dan siswa.

Kelengkapan alat-alat belum cukup baik. Dengan cara memodifikasi alat-alat yang ada di sana dan memaksimalkannya saat pembelajaran sehingga pembelajaran dapat dilaksanakan sesuai dengan rencana yang ada di RPP. Penggunaan lapangan sudah cukup baik, walaupun dengan jarak yang lumayan jauh dari sekolah.

D. Pembahasan

Dari reduksi diatas dapat disimpulkan menurut guru penjas pembelajaran di SDIT Ulul Albab 1 Desa Majir Kabupaten Purworejo sudah cukup baik walaupun sarana dan prasarana kurang memadai. Menurut Kepala Sekolah alat dan fasilitas di SDIT Ulul Albab 1 Desa Majir Kabupaten Purworejo tidak akan ditambah karena akan digabung menjadi satu di SDIT Ulul Albab

1 Purworejo yang terletak di perum Argopeni. Itu dilakukan karena perjanjian kontrak dengan Desa Majir sudah selesai. Maka mulai semester depan, SD yang di Majir sudah di kosongkan dan pindah di SDIT yang terletak di Argopeni. Menurut Penjaga Sekolah, pelajaran penjas merupakan pelajaran yang diminati oleh sebagian siswa. Menurut siswa pada saat pembelajaran penjas di lapangan sudah cukup baik dalam berkomunikasi dan memberikan motivasi kepada siswa.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pada bab IV dapat ditarik beberapa kesimpulan, yaitu :

Pertama, kesiapan guru Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDIT Ulul Albab 1 Purworejo memiliki latar belakang DII PGSD Penjas yang di dapat dari Universitas Negeri Yogyakarta pada tahun 2009. Dan sekarang masih melanjutkan kuliah untuk menempuh jenjang S1 di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. Walaupun masih dikatakan sebentar dalam pengalaman mengajar, tetapi guru Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDIT Ulul Albab 1 Purworejo memiliki pengalaman mengajar saat berada di bangku kuliah. Selain mengajar Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, juga mengajar TIK beliau melatih ekstrakurikuler renang dan futsal. Hal ini akan menambah pengalaman mengajar kepada Pak Anjar sebagai guru Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDIT Ulul Albab 1 Purworejo. Dalam kedisiplinannya semua guru di SDIT Ulul Albab 1 Purworejo selalu hadir tepat waktu, jika ada yang terlambat maka akan diberi sanksi potong gaji. Penyusunan program mengajar dengan mengadakan KKG yang diadakan dalam setiap bulannya.

Kedua, peran guru yang harus diperhatikan yaitu mampu mengelola kelas, mulai dari awal pembelajaran sampai akhir pembelajaran, mampu menjalin komunikasi dengan seluruh siswa, selama pembelajaran

berlangsung, guru selalu memperhatikan siswa secara menyeluruh, memotivasi siswa dan melakukan evaluasi terhadap materi yang diberikan.

Ketiga, kesiapan siswa dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan cukup baik, memiliki minat untuk maju, hadir secara rutin. Setiap pembelajaran dihadiri oleh semua siswa, kecuali ada beberapa anak yang merasa sakit. Tetapi untuk kelas III perlu sedikit diperhatikan, mereka susah diatur, baik dalam persiapannya maupun di lapangan. Hal ini membuat guru Pendidikan Jasmani harus lebih memperhatikan lagi anak-anak kelas III.

Keempat, peran siswa dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SDIT Ulul Albab 1 Desa Majir Kabupaten Purworejo mampu menjalin interaksi yang baik dengan sesama siswa maupun dengan guru Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Memiliki keberanian untuk bertanya, memiliki perhatian yang terfokus pada pelaksanaan pembelajaran, tetapi tidak semua instruksi atau perintah dari guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dilaksanakan dengan sungguh-sungguh oleh para siswa karena ada sedikit siswa yang suka membuat keributan dan perhatian siswa untuk mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani menjadi terganggu.

Kelima, kelengkapan alat dan fasilitas yang mendukung proses pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDIT Ulul Albab 1 Purworejo berupa tersedianya lapangan walaupun dengan jarak yang begitu jauh, tetapi tidak memiliki alat bantu latihan yang cukup memadai. Dengan

keterbatasan alat dan fasilitas, maka guru Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan harus berinisiatif agar pelaksanaan pembelajaran dapat dicapai dengan semaksimal mungkin.

Keenam, penggunaan alat dan fasilitas yang dimiliki oleh SDIT Ulul Albab 1 Purworejo telah semaksimal mungkin. Jumlah bola yang digunakan juga dimanfaatkan semaksimal mungkin, karena guru harus berkreasi dalam kekurangan alat bantu olahraga. Penggunaan kun/pembatas juga dimanfaatkan semaksimal mungkin. Fasilitas yang berupa lapangan digunakan sudah cukup baik walaupun pada saat pembelajaran Pendidikan Jasmani di lapangan juga terdapat SD lain yang menggunakannya.

Ketujuh, pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada SDIT Ulul Albab 1 Purworejo selalu menerapkan tiga aspek, yaitu : kognitif, afektif, psikomotorik. Aspek kognitif meliputi : pengetahuan/hafalan/ingatan, pemahaman dan penerapan. Aspek afektif meliputi : memperhatikan, menanggapi/berpartisipasi aktif dan menilai. Aspek psikomotorik meliputi : gerak lokomotor, gerak nonlokomotor dan gerak manipulative.

Kedelapan, penerapan prinsip mengajar dalam pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDIT Ulul Albab 1 Purworejo belum semaksimal mungkin dengan kemampuan siswa. Perbedaan individual, metode pembentukan perilaku, dan pembelajaran sosial belum sepenuhnya diberikan. Kebanyakan hanya pada perhatian dan motivasi yang diberikan untuk siswa.

Kesembilan, penerapan metode mengajar dalam pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDIT Ulul Albab 1 Purworejo sudah cukup baik. Dalam pola pelaksanaan mengajar Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sudah berjalan semestinya yaitu dimulai dari pemanasan, inti dan penutup. Materi pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga sudah disampaikan pada saat apersepsi, memberikan penugasan dan pada saat memberikan evaluasi.

Kendala yang menjadi penghambat dalam proses pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDIT Ulul Albab 1 Purworejo yang di desa Majir yaitu pengalaman mengajar guru Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang masih bersertifikat DII dan masih satu tahun dalam mengajar Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDIT Ulul Albab 1 Purworejo. Selain itu keterbatasan alat dan fasilitas pendukung pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga kurang memadai dan tidak sesuai dengan jumlah siswa.

Pengelola Yayasan Ulul Albab Kabupaten Purworejo telah mengurangi kendala-kendala yang terjadi dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Dengan menyetarakan guru untuk bersertifikat sarjana, dan melengkapi beberapa alat fasilitas pendukung proses pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Karena sistem kontrak tanah dan gedung SDIT antara pihak yayasan Ulul Albab dengan Desa Majir sudah mau habis, pengelola yayasan membangun gedung SDIT baru di desa Argopeni yang berstatus gedung milik yayasan. Dan mulai

tahun ajaran depan, semua siswa yang berada di SDIT Majir akan dipindahkan ke SDIT yang terletak di Desa Argopeni yang memiliki alat dan fasilitas yang memadai.

B. Implikasi

1. Hasil penelitian ini merupakan evaluasi terhadap proses pelaksanaan pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDIT Ulul Albab 1 desa Majir Kabupaten Purworejo, sehingga dapat dipergunakan sebagai bahan referensi untuk memperbaiki pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes di SDIT Ulul Albab 1 Desa Majir Kabupaten Purworejo.
2. Meskipun hasil penelitian menunjukkan pembelajaran yang kurang efektif pada SDIT Ulul Albab 1 desa Majir Kabupaten Purworejo, tetapi pada kenyataannya dalam proses pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam penggunaan alat dan fasilitas yang minimum digunakan dengan secara maksimal. Ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan bagi Kepala Sekolah dan yayasan, khususnya dalam mendukung proses pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sekaligus pengadaan sarana dan prasarana yang digunakan dalam pembelajaran Penjasorkes agar tercipta proses pembelajaran yang efektif.

C. Saran-saran

Pihak pengelola yayasan Ulul Albab Kabupaten Purworejo harus memperhatikan unsur-unsur yang terlibat dalam proses pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, yaitu : guru, alat dan fasilitas.

Tetapi yang diutamakan yaitu unsur guru, karena guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah. Untuk itu dibutuhkan guru yang memiliki kompetensi yang memadai sehingga arah pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan akan menuju kearah yang baik. Disamping kompetensi yang memadai, guru juga harus memiliki sikap hidup yang baik, sehingga keteladanannya dapat dicontoh para siswa.

Dengan demikian, dalam proses pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang harus disiapkan terlebih dahulu yaitu guru yang memadai dan memiliki sikap dan tauladan, dan selanjutnya dilengkapi dengan alat dan fasilitas yang disesuaikan dengan jumlah siswa yang mengikuti pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Dalam proses pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, sebaiknya lebih mengutamakan pada aspek afektif, sehingga terbentuk sikap dan mental yang baik bagi siswa. Dengan demikian, diharapkan kelak siswa akan menjadi individu yang memiliki sikap sportifitas, bersosialisasi dan memiliki rasa bertanggungjawab.

DAFTAR PUSTAKA

- Armiyah. (2010). *Pelaksanaan Proses Pembelajaran Penjasorkes Berdasarkan KTSP di Sekolah Dasar Negeri 1 Sidabowa Kecamatan Patikraja Kabupaten Banyumas*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY
- Cara Pedia (2007). *Pengertian dan Definisi Guru*. Diakses dari <http://carapedia.com/pengertian definisi guru info2159.html> diunduh tanggal 29 November 2012. Jam 19.35 WIB.
- Cara Pedia (2007). *Pengertian Peserta Didik*. Diakses dari <http://carapedia.com/pengertian peserta didik.html> diunduh tanggal 29 November 2012. Jam 19.45 WIB.
- Cholik M. (1997). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Proyek Pengembangan Guru Sekolah Dasar.
- Dakir (1978) *Kurikulum dan Pengajaran*. Yogyakarta: FIP IKIP Yogyakarta.
- Hasbullah (2005). *Pengertian Pembelajaran*. Diakses dari <http://id.wikipedia.org/wiki/Pembelajaran> diunduh tanggal 29 November 2012. Jam 20.00 WIB.
- MPR, (2001). *Garis-Garis Besar Haluan Negara Tahun 1999-2004*. Bandung: Pustaka Setia.
- Saifursari (2012). *Konsep dan Prinsip Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Diakses dari <http://saifurss07.wordpress.com/2012/07/24/konsep-dan-prinsip-pembelajaran-pendidikan-jasmani/> diunduh tanggal 29 November 2012. Jam 20.15 WIB.
- Siti Partini (1997). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: Yogyakarta Studing.
- Sugiyono (1999). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Sukintaka (2000). *Manajemen Penjas FIK UNY*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY
- Syaiful Bahri Djamarah & Azwan Zain. (1997). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Syarifudin. 1997. *Pokok-pokok Pengembangan Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Pusat Perbukuan.
- Winkel (1993) *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Pelajaran*. Jakarta: PT Gramedia.

LAMPIRAN



Nomor : 1598/UN.34.16/PP/2012
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Izin Penelitian

6 Agustus 2012

Yth. : Bupati Purworejo
cq. Kepala KPPT Kab. Purworejo
Purworejo, Jateng

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan pengambilan data dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin Penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahrahaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Priyo Raharjo
NIM : 10604_27144
Program Studi : S-1 PGSD Penjas (PKS)

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Agustus s/d November 2012
Tempat/Obyek : SDIT Ulul Albab 01 Purworejo
Judul Skripsi : Potret Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Siswa Kelas Bawah SDIT Ulul Albab 01 Purworejo.

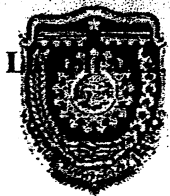
Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dekan.

Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 198601 1 001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SDIT Ulul Albab 01 Purworejo
2. Koordinator PGSD Penjas
3. Pembimbing TAS
4. Mahasiswa ybs.



Permohonan Ijin KPPT Purworejo

PEMERINTAH KABUPATEN PURWOREJO
KANTOR PELAYANAN PERIZINAN TERPADU (KPPT)

Jl. Urip Sumoharjo No. 6 Telp/Fax. (0275) 325202 Purworejo 54111

IZIN RISET / SURVEY / PKL

NOMOR : 072/334/2012

- I. Dasar : Peraturan Daerah Kabupaten Purworejo Nomor 14 Tahun 2008 tentang Organisasi dan Tata Kerja Perangkat Daerah Kabupaten Purworejo (Lembaran Daerah Kabupaten Purworejo Tahun 2008 Nomor 11).
- II. Menunjuk : Surat Permohonan dari Dekan FIK UNY No. 1598/UN.34.16/PP/2012 Tanggal 6 Agustus 2012
- III. Bupati Purworejo memberi Izin untuk melaksanakan Riset/ Survey/ PKL dalam Wilayah Kabupaten Purworejo kepada :

❖ Nama	: Priyo Raharjo
❖ Pekerjaan	: Mahasiswa
❖ NIM/NIP/KTP/ dll.	: 10604227144
❖ Instansi / Univ/ Perg. Tinggi	: Universitas Negeri Yogyakarta
❖ Jurusan	: PGSD Penjas
❖ Program Studi	: S.1
❖ Alamat	: Purwodadi Rt.05/02 Kec. Purwodadi Kab. Purworejo
❖ No. Telp.	: 087837971469
❖ Penanggung Jawab	: Agus Susworo D.M, M.Pd
❖ Maksud / Tujuan	: Penelitian
❖ Judul	: Potret Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa Kelas Bawah SDIT Ulul Albab 01 Purworejo
❖ Lokasi	: SDIT Ulul Albab 01 Purworejo
❖ Lama Penelitian	: 3 Bulan
❖ Jumlah Peserta	: -

Dengan ketentuan - ketentuan sebagai berikut :

- Pelaksanaan tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu stabilitas daerah.
- Sebelum langsung kepada responden maka terlebih dahulu melapor kepada :
 - Kepala Kantor Kesbangpolinmas Kabupaten Purworejo
 - Kepala Pemerintahan setempat (Camat, Kades / Lurah)
- Sesudah selesai mengadakan Penelitian supaya melaporkan hasilnya Kepada Yth. Bupati Purworejo Cq. Kepala KPPT, dengan tembusan BAPPEDA Kab. Purworejo

Surat Ijin ini berlaku tanggal 29 Agustus 2012 sampai dengan tanggal 29 Nopember 2012.

Tembusan , dikirim kepada Yth :

- Ka. Bappeda Kab. Purworejo;
- Ka. Kantor Kesbangpol Linmas Kab. Purworejo;
- Ka. Dinas P & K Kab. Purworejo;
- Ka. SDIT Ulul Albab 01 Purworejo;
- Dekan FIK UNY

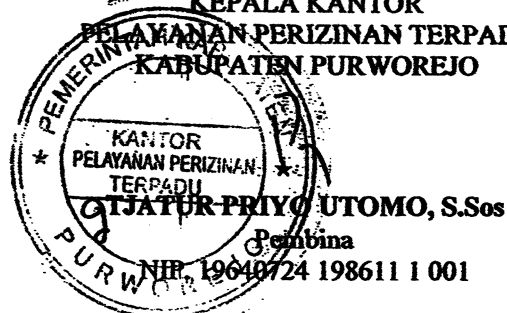
Dikeluarkan : Purworejo

Pada Tanggal : 29 Agustus 2012

a.n. **BUPATI PURWOREJO**

KEPALA KANTOR

PELAYANAN PERIZINAN TERPADU
KABUPATEN PURWOREJO





**SEKOLAH DASAR ISLAM TERPADU (SDIT)
ULUL ALBAB 01 PURWOREJO**

Alamat : Perum Argopeni, RT.05/RW.06, Kutoarjo, Purworejo, Jawa Tengah
Telephone : (0275) 3140518, 08282765326

SURAT KETERANGAN

Nomor : / 2012

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SDIT Ulul Albab 01 Purworejo ,
menerangkan bahwa:

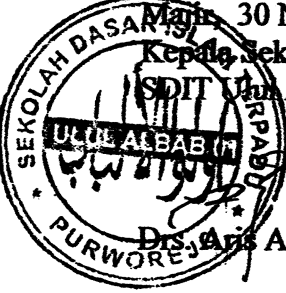
Nama : PRIYO RAHARJO
NIM : 10604227144
Program Studi : PKS S1 PGSD PENJAS
Instansi/ Perguruan Tinggi : UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Telah melakukan pengambilan data untuk bahan Skripsi yang berjudul “Potret Pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SDIT Ulul Albab 01 Desa Majir Kabupaten Purworejo” Tahun ajaran 2012/ 2013 yang dilaksanakan:

Waktu Pelaksanaan : 29 Agustus - 29 Nopember 2012

Tempat Pelaksanaan : SDIT Ulul Albab 01 Purworejo

Demikian surat ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Majir, 30 Nopember 2012
Kepala Sekolah
SDIT Ulul Albab 01 Purworejo

Drs. Aris Akhmad

DATA GURU SDIT ULUL ALBAB 01 PURWOREJO

NO	NAMA	TTL	Pend.	Jabatan	Lulusan
1	Drs. Aris Akhmad	Pwr, 29-4-1968	S1	Kepala Sekolah	UMP Purworejo
2	Moch Nasir, S.Pd.I	Pwr, 08-01-1974	S1	Guru	STAINU Kebumen
3	Umi Ekowati, S.Pd	Pwr, 28-10-1981	S1	Guru	UNY
4	Rokhaniah, S.T.P	Pwr, 15-06-1981	S1	Waka Kurikulum	UGM
5	Sunarti, S.Pd	Pwr, 17-05-1984	S1	Guru	UMP
6	Endah Sumarginingsih, SE	Pwr, 04-10-1981	S1	Guru	UNS
7	Rustiningtyas utami, S.Pd	Pwr, 21-01-1974	S1	Guru	UMP
8	Reny Setyowati, SE	Sltiga, 20-01-1982	S1	Guru	Unsoed
9	Teguh Raharjo, S.Si	Pwr, 08-04-1983	S1	Waka Kesiswaan	UNNES
10	Umi Kulsum, S.Th.I	Blora, 12-08-1979	S1	Guru	IAIN Sunan Kalijaga
11	Ikha Herly Sutanti, S.Pd	Pwr, 27 Maret 1982	S1	Guru	UAD
12	Arry Alfiyati, S.Psi	Pwr, 6 Sept 1981	S1	Waka Humas	UGM
13	Maya Ridaningsih, S.E	Pemalang, 9 Mei 1984	S1	Guru	Universitas Jember
14	Chairil Archam Edi Martono, IR	Kendal, 11 Nov 1966	S1	Guru	Unsoed
15	Arman Subekti. A.Ma	Pwr, 15 April 1980	D2	Guru	UMS Surakarta
16	Rika Sartika, S.Pd	Bogor, 9 Nop 1978	S1	Guru	UNNES
17	Mufidatul Hasanah, S.Pd.I	Pwr, 24 Januari 1986	S1	Guru	UIN Kalijaga
18	Umirul Aziz, S.Hum	Pwr, 14 Maret 1987	S1	Guru	UMY Yogyakarta
19	Umi Puji Lestari, S.Pd.Si	Pwr, 3 Agustus 1986	S1	Guru	UNY
20	Siti Umaiyyah, S.T	Pwr, 07 Desember 1986	S1	Guru	UNDIP

21	Dewi Fitriyani,S.Pd	Pwr, 6 Mei 1988	S1	Guru	
22	Sri Bandiyah, S.Pd	Pekalongan, 26 Mei 1987	S1	Guru	
23	Dwi Lestari R, A.Md	Pwr, 19 April 1977	D3	Guru	
24	Anjar Dhani T, A.Ma.Pd, Or	Jakarta, 5 Mei 1990	D2	Guru	UNY
25	Arif Akhmadi		S1	Guru	UNY
26	Fajar Taufiq Hidayati, S.Pd.Si	Pwr, 16 Mei 1987	S1	Guru	
27	Sutami	Pwr, 21-03-1983	SLTA	TU	SMEA Kutoarjo
28	Marfu'ah	Wsb.14-03-1977	SLTP	Jr. Masak	SLTP Muh.
29	Turipto	Pwr, 15-08-1970	SLTA	Penjaga	STMN Purworejo
30	Parman	Pwr,15-05-1967	SLTA	Penjaga	SLTA Muh. Kta
31	Sukino	Pwr, 22-01-1970	SLTA	Penjaga	
32	Marsinah	Pwr, 12 Juli 1958	SLTP	Jr. Masak	
33	Maryati	Pwr, 07 Juli 1978	D1	TU	SLTA N Kemiri
34	Dwi Sudaryanti	Pwr, 13 Oktober 1984	D1	Perpustakaan	SLTA N Kemiri
35	Suparmi	Pwr, 17/7/1960	SD	Jr.Masak	
36	Suyanah	Wsb.04-03-1973	SD	Jr. Masak	
37	Dewi Rohnama	Pwr, 10-12-1985	D3	TU	

Sumber : dokumentasi SDIT Ulul ALbab 1 Purworejo 2012/2013

PERANGKAT PEMBELAJARAN

MATA PELAJARAN

PENYAS ORKES

KELAS

I - VII

TAHUN PELAJARAN

2011 / 2012

ISI

PERITUNJANGAN MINGGU EFEKTIF

JADWAL PELAJARAN

PERITUNJANGAN KUALIFIKASI

PERITUNJANGAN KUALIFIKASI

PERITUNJANGAN KUALIFIKASI

PERITUNJANGAN KUALIFIKASI

PROGRAM PENGAJARAN TAHUNAN KELAS III
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
SDIT ULUL ALBAB 1 PURWOREJO

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
1. Mempraktikkan berbagai kombinasi gerak dasar melalui permainan dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<p>Mempraktikkan kombinasi berbagai pola gerak jalan dan lari dalam permainan sederhana, serta aturan, dan kerja sama **)</p> <p>Mempraktikkan kombinasi berbagai gerak mengayun, membungkuk dan menekuk dalam permainan sederhana, serta aturan dan kerja sama **)</p> <p>Mempraktikkan kombinasi gerak dasar melempar, menangkap dan menendang dengan koordinasi yang baik dalam permainan sederhana serta aturan dan kerja sama **)</p>
2. Mempraktikkan aktivitas kebugaran jasmani secara sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<p>Mempraktikkan berbagai bentuk latihan untuk meningkatkan kekuatan otot-otot bahu dan dada secara sederhana serta nilai disiplin.</p> <p>Mempraktikkan berbagai bentuk latihan</p>
3. Mempraktikkan gerak senam lantai, senam ketangkasan dasar, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<p>Mempraktikkan keseimbangan dalam bentuk senam lantai dasar, serta nilai keselamatan, disiplin dan keberanian.</p> <p>Mempraktikkan gerak kombinasi senam ketangkasan dasar, serta nilai keselamatan, disiplin dan keberanian.</p>
4. Mempraktikkan gerak dasar melalui aktivitas ritmik, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.	<p>Mempraktikkan gerak dasar mengayun dan menekuk lutut dalam aktivitas ritmik sederhana tanpa musik, serta nilai percaya diri, dan disiplin.</p> <p>Mempraktikkan gerak dasar mengayun dan menekuk lutut dalam aktivitas ritmik sederhana beregu tanpa atau dengan iringan musik, serta nilai percaya diri, disiplin dan kerja sama.</p>
5. Menerapkan budaya hidup sehat	<p>Menjaga kebersihan pakaian</p> <p>Mengenal kebutuhan tidur dan istirahat</p>
6. Mempraktikkan berbagai gerak dasar dalam permainan sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.	<p>Mempraktikkan kombinasi gerak dasar jalan, lari dan lompat dengan koordinasi yang baik dalam permainan sederhana, serta nilai kerja sama, toleransi, kejujuran, tanggung jawab, dan menghargai lawan atau diri sendiri **).</p> <p>Mempraktikkan kombinasi gerak memutar, menekuk lutut, mengayun dengan meliukkan</p>

	<p>badan dengan koordinasi gerak yang baik dalam permainan sederhana, serta nilai kerja sama, dan menghargai lawan atau diri sendiri **).</p> <p>Mempraktikkan kombinasi gerak dasar memvoli, memantulkan, menendang, dan mengontrol bola dengan koordinasi yang baik dalam permainan sederhana, serta nilai kerjasama, toleransi, tanggung jawab, menghargai lawan atau diri sendiri, dan bersedia berbagi tempat dan peralatan dalam bermain **).</p>
7. Mempraktikkan latihan dasar kebugaran jasmani dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.	<p>Mempraktikkan berbagai bentuk latihan untuk meningkatkan kelenturan dan kelenturan, serta nilai disiplin, dan keselamatan.</p> <p>Mempraktikkan berbagai bentuk latihan untuk meningkatkan koordinasi gerak dan nilai disiplin.</p>
8. Mempraktikkan senam ketangkasan dasar dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.	<p>Mempraktikkan senam ketangkasan sederhana tanpa alat dan nilai disiplin.</p> <p>Mempraktikkan senam ketangkasan yang agak kompleks menggunakan alat dan nilai disiplin.</p>
9. Mempraktikkan gerak dasar ritmik dasar yang berorientasi dengan arah, ruang, gerak dan waktu dengan atau tanpa musik, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.	<p>Mempraktikkan gerak lokomotor dalam gerak ritmik diorientasikan pada arah, ruang dan waktu secara individu dengan atau tanpa menggunakan musik, serta nilai percaya diri, dan disiplin.</p> <p>Mempraktikkan gerak lokomotor dalam aktivitas ritmik yang berorientasi pada arah, ruang dan waktu secara beregu dengan atau tanpa menggunakan musik, serta nilai percaya diri, dan disiplin.</p>
10. Mempraktikkan gerak dasar renang gaya dada, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya **)	<p>Mempraktikkan gerak dasar meluncur, menggerakkan tungkai, menggerakkan lengan dan nilai kebersihan.</p> <p>Mempraktikkan ara bernafas renang gaya dada dan nilai kebersihan.</p> <p>Mengkombinasi gerakan lengan dan tungkai renang gaya dada dan nilai kebersihan</p>
11. Mempraktikkan pemanfaatan lingkungan sekitar sekolah untuk aktivitas jasmani dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya **)	<p>Mempraktikkan gerak lokomotor dalam mengikuti jejak dan nilai disiplin kerja sama serta memperhatikan faktor keselamatan.</p> <p>Mempraktikkan pemilihan tempat yang aman untuk bermain di lingkungan sekolah.</p> <p>Mempraktikkan penjagaan keselamatan diri</p>

	dan orang lain selama melakukan aktivitas di lingkungan sekitar sekolah dan nilai kebersihan.
12. Menerapkan budaya hidup sehat	Mengenal bahaya penyakit diare, demam berdarah dan influenza. Mengenal cara menggunakan peturasan.

Mengetahui
Kepala Sekolah

Purworejo,.....,.....,.....
Guru Penjas Orkes

Drs. ARIS AKHMAD

ANJAR DHANI T,AMA

PROGRAM PENGAJARAN SEMESTER KELAS IV
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
SDIT ULUL ALBAB 1 PURWOREJO

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
1. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<p>1.1 Mempraktikkan gerak dasar dalam permainan bola kecil sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerja sama tim, sportivitas, dan kejujuran **)</p> <p>1.2 Mempraktikkan gerak dasar atletik sederhana, serta nilai semangat, percaya diri dan disiplin **)</p> <p>1.3 Mempraktikkan gerak dasar dalam permainan bola besar sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerja sama tim, sportivitas, dan kejujuran **)</p>
2. Mempraktikkan latihan untuk meningkatkan kebugaran dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<p>Mempraktikkan aktivitas permainan sederhana untuk melatih daya tahan dan kekuatan otot serta nilai kerja keras dan disiplin</p> <p>Mempraktikkan aktivitas permainan sederhana untuk melatih kelenturan dan koordinasi, serta nilai kerja keras dan disiplin.</p>
3. Mempraktikkan berbagai bentuk latihan senam lantai yang lebih kompleks dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<p>Mempraktikkan kombinasi gerak senam lantai tanpa alat dengan memerhatikan faktor keselamatan dan nilai disiplin serta keberanian</p> <p>Mempraktikkan kombinasi gerak senam lantai dengan alat dengan memerhatikan faktor keselamatan, dan nilai disiplin serta keberanian.</p>
4. Mempraktikkan ketrampilan gerak ritmik terstruktur secara beregu tanpa dahn dengan menggunakan musik dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<p>Mempraktikkan gerak ritmik diorientasikan pada arah, ruang dan waktu secara beregu menggunakan musik, serta nilai estetika</p> <p>Mempraktikkan ketrampilan gerak ritmik terstruktur secara beregu tanpa menggunakan musik, serta nilai estetika.</p>
5. Menerapkan budaya hidup sehat	<p>Menjaga kebersihan lingkungan rumah dan sekolah</p> <p>Membiasakan membuang sampah pada tempatnya</p>
6. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	Mempraktikkan gerak dasar berbagai gerakan yang bervariasi dalam permainan bola kecil beregu dengan peraturan yang

	<p>dimodifikasi, serta nilai kerja sama tim, sportivitas dan kejujuran **)</p> <p>Mempraktikkan gerak dasar berbagai gerakan yang bervariasi dalam permainan bola besar beregu dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerja sama tim, sportivitas dan kejujuran **)</p> <p>Mempraktikkan gerak dasar atletik yang dimodifikasi : lompat, loncat dan lempar, dengan memerhatikan nilai-nilai pantang menyerah, sportivitas, percaya diri dan kejujuran **)</p>
7. Mempraktikkan latihan kebugaran yang lebih kompleks untuk meningkatkan ketrampilan dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<p>Mempraktikkan aktivitas dan permainan untuk melatih daya tahan kekuatan dengan kecepatan dan kualitas gerak yang meningkat, serta nilai kerja keras, disiplin, kerja sama dan kejujuran</p> <p>Mempraktikkan aktivitas dan permainan untuk melatih kelentukan dan koordinasi dengan kecepatan dan kualitas gerak yang meningkat, serta nilai kerja keras, disiplin, kerja sama, dan kejujuran.</p>
8. Mempraktikkan senam lantai dengan kompleksitas gerakan yang lebih tinggi dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<p>Mempraktikkan senam lantai tanpa menggunakan alat dengan koordinasi yang baik serta nilai-nilai kerja sama dan estetika</p> <p>Mempraktikkan senam ketangkasan dengan menggunakan alat dengan koordinasi yang baik serta nilai disiplin dan kerja sama</p>
9. Mempraktikkan ketrampilan gerak ritmik terstruktur secara beregu tanpa dan dengan menggunakan musik dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<p>Mempraktikkan ketrampilan gerak ritmik terstruktur (misal SKJ) secara beregu menggunakan musik, serta nilai kerja sama, disiplin dan estetika.</p> <p>Memperbaiki kesalahan gerak dalam gerak ritmik terstruktur (misal SKJ) secara beregu menggunakan musik, serta nilai kerja sama, disiplin dan estetika</p>
10. Mempraktikkan gerakan dasar renang gaya bebas dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya *)	<p>Mempraktikkan gerak dasar meluncur, menggerakkan tungkai, menggerakkan lengan serta nilai kebersihan.</p> <p>Mempraktikkan cara bernafas dalam renang gaya bebas</p> <p>Mengkombinasikan gerakan lengan dan tungkai renang gaya bebas</p> <p>Mempraktikkan dasar-dasar keselamatan di air</p>
11. Mempraktikkan kegiatan berkemah di	Mempraktikkan berbagai ketrampilan yang

lingkungan sekitar sekolah dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya *)	sesuai untuk kegiatan perkemahan, serta nilai kerja sama, tanggung jawab, disiplin dan mengikuti aturan Mempraktikkan aktivitas jasmani yang berisi tantangan dalam perkemahan Mempraktikkan pola hidup sehat
12. Menerapkan budaya hidup sehat	Mengenal berbagai upaya dalam menjaga kebersihan lingkungan Menjaga kebersihan lingkungan terhadap sumber penularan penyakit, seperti nyamuk dan unggas.

Mengetahui
Kepala Sekolah

Drs. ARIS AKHMAD

Purworejo ,.....,.....,.....
Guru Penjas Orkes

ANJAR DHANI T, A.M.A

PROGRAM PENGAJARAN SEMESTER KELAS V
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
SDIT ULUL ALBAB 1 PURWOREJO

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
1. Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	Mempraktikkan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi permainan bola kecil, serta nilai kerja sama, dan kejujuran **) Mempraktikkan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi permainan bola besar, serta nilai kerja sama, dan kejujuran **) Mempraktikkan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi atletik, serta nilai semangat, sportivitas, percaya diri, dan kejujuran **)
2. Mempraktikkan latihan dasar kebugaran jasmani dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	Mempraktikkan aktivitas untuk kekuatan otot-otot anggota badan bagian atas, seta nilai kerja keras, kerja sama dan kejujuran Mempraktikkan aktivitas untuk kecepatan dan kualitas gerak yang meningkat, serta nilai kerja keras, disiplin, kerja sama dan kejujuran.
3. Mempraktikkan berbagai bentuk senam ketangkasan dengan kontrol yang baik, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	Mempraktikkan latihan perengangan dan pelepasan yang benar sebelum memulai aktivitas senam, serta nilai percaya diri dan disiplin Mempraktikkan bentuk-bentuk senam ketangkasan dalam meningkatkan koordinasi dan nilai-nilai percaya diri dan disiplin
4. Mempraktikkan berbagai gerak dasar dalam gerak ritmik, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	Mempraktikkan pola jalan, lari dan lompat dalam gerak kerja sama, percaya diri dan disiplin Mempraktikkan kombinasi pola gerak jalan, lari dan lompat dalam gerak ritmik, serta nilai kerja sama, percaya diri dan disiplin
5. Menerapkan budaya hidup sehat	Mengenal cara menjaga kesehatan alat reproduksi Mengenal berbagai bentuk pelecehan seksual Mengenal cara menjaga diri dari pelecehan seksual
6. Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang	Mempraktikkan variasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga bola besar, serta nilai-nilai kerja sama, sportivitas dan

dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.	kejujuran **) Mempraktikkan variasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga bola kecil, serta nilai-nilai kerja sama, sportivitas dan kejujuran **) Mempraktikkan variasi teknik dasar atletik yang dimodifikasi, serta semangat, sportivitas, kerja sama, percaya diri dan kejujuran**)
7. Mempraktikkan latihan dasar kebugaran jasmani dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	Mempraktikkan aktivitas untuk kekuatan otot-otot anggota badan bagian bawah, serta nilai kerja keras, kerja sama dan kejujuran Mempraktikkan aktivitas untuk kelincahan dengan kualitas gerak yang meningkat, serta nilai kerja keras, disiplin, kerja sama dan kejujuran.
8. Mempraktikkan berbagai bentuk senam ketangkasan dengan koordinasi yang baik, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	Mempraktikkan sebuah rangkaian gerak senam ketangkasan dengan konsisten, tepat, dan koordinasi yang baik, serta nilai keselamatan, disiplin, dan keberanian Mempraktikkan bentuk-bentuk rangkaian gerak senam ketangkasan dengan koordinasi dan kontrol yang baik, serta nilai keselamatan, disiplin dan keberanian.
9. Mempraktikkan kombinasi berbagai gerak dasar dalam gerak berirama dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	Mempraktikkan kombinasi pola gerak mengayun, menarik, menekuk, meliuk, memutar dalam gerak berirama, serta nilai kerja sama, percaya diri dan disiplin Mempraktikkan satu pola gerak berirama terstruktur dengan konsisten dan lancar serta nilai kerja sama, percaya diri dan disiplin
10. Mempraktikkan gerak dasar renang gaya punggung dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	Mempraktikkan gerak dasar renang gaya punggung : meluncur, menggerakkan tungkai, menggerakkan lengan, serta nilai kebersihan, keberanian dan percaya diri Mempraktikkan kombinasi gerakan lengan dan tungkai renang gaya punggung serta nilai keberanian dan percaya diri
11. Mempraktikkan penjelajahan di lingkungan sekitar sekolah, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	Mempraktikkan pembuatan rencana kegiatan penjelajahan Mempraktikkan berbagai ketrampilan gerak dalam kegiatan penjelajahan di lingkungan sekolah yang sehat, serta nilai-nilai kerja sama, disiplin, keselamatan, kebersihan dan etika

12. Menerapkan budaya hidup sehat	Mengenal bahaya merokok bagi kesehatan Mengenal bahaya minuman keras
-----------------------------------	---

Mengetahui
Kepala Sekolah

Purworejo,.....,.....,.....
Guru Penjas Orkes

Drs. ARIS AKHMAD

ANJAR DHANI T, AMLA

MATA PELAJARAN : PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
KELAS/SEMESTER : III/1
WAKTU :

Kompetensi Dasar : 7.2. mempraktekan berbagai bentuk latihan untuk meningkatkan koordinasi gerak dan nilai disiplin.

- Melempar bola atau benda kesasaran tertentu
- Berlari bolak-balik

I. Metode Pembelajaran
Ceramah,demonstrasi ,pemberian tugas

1. Kegiatan awal

- Anak-anak dibariskan
- Berdoa dan presensi.
- Penjelasan materi dan pemanasan

2. Kegiatan inti

Dilakukan secara individu dan kelompok dalam bentuk permainan dan model pembelajaran.

- Melakukan lempar bola kesarasan tetentu
- Melakukan lemparan holahup pada tiang
- Melakukan lemparan rol belakang sasaran
- Melakukan lari bolak-balik

3. Kegiatan akhir

- Berbaris, penenangan, bernyanyi dan berdoa.

III. Alat dan sumber bahan

- Buku pedoman KTSP

IV. Penilaian

Tes perbuatan,penampilan

Purworejo,.....,.....,.....
Guru Penjas Orkes

ANJAR DHANI T.A.Ma

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN SDIT ULUL ALBAB 1 PURWOREJO

MATA PELAJARAN : PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
KELAS/SEMESTER : III/1
WAKTU :

Standar Kompetensi : 6. Mempraktikan berbagai gerak dasar permainan sederhana dan nilai-nilai

yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar : 6.1. Mempraktekkan kombinasi gerak dawsar jalan,lari,dan lompat dengan

koordinasi yang baik dalam permainan sederhana,serta nilai kerjasama,toleransi,kejujuran,tanggung jwab dan menghargai lawan atau sendiri.

Indikator :

- Mengombinasikan gerak jalan,lari kemudian melompat

Materi Pokok : Pola gerak dasar jalan,lari,lompat

I. Metode Pembelajaran

Ceramah,demonstrasi ,pemberian tugas

II. Langkah-langkah pembelajaran

1. Kegiatan awal

- Anak-anak dibariskan
- Berdoa dan presensi.
- Penjelasan materi dan pemanasan

2. Kegiatan inti

Dilakukan secara individu dan kelompok dalam bentuk permainan dan model pembelajaran.

- Melakukan gerak dasar jalan
- Melakukan gerak dasar lari
- Melakukan gerak dasar lompat
- Melakukan kombinasi gerak jalan,lari dan lompat.

3. Kegiatan akhir

- Berbaris,penenangan,bernyanyi dan berdoa.

III. Alat dan sumber bahan

- Buku pedoman KTSP

IV. Penilaian

Tes perbuatan/penampilan

Mengetahui
Kepala Sekolah

Purworejo,.....,.....,.....
Guru Penjas Orkes

Drs. ARIS AKHMAD

ANJAR DHANI T,A.Ma

MATA PELAJARAN : PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
KELAS/SEMESTER : III/1
WAKTU :

ANJAR DHANI T.A.Ma

MATA PELAJARAN : PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
KELAS/SEMESTER : IV/1
WAKTU :

Kompetensi Dasar : 6.1. Mempraktikan gerak dasar berbagai gerakan yang bervariasi dalam permainan bola kecil beregu dengan yang di modifikasi,serta nilai kerjasama regu,sportifitas dan kejujuran.

- Melempar, menangkap dan memukul bola.
- Bermain bola kasti dan bekerjasama, sportif dan kejujuran menggunakan peraturan modifikasi.

Tes perbuatan,tes penampilan.

ANJAR DHANI T.A.Ma

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN SDIT ULUL ALBAB 1 PURWOREJO

MATA PELAJARAN : PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
KELAS/SEMESTER : IV/1
WAKTU :

Standar Kompetensi : 6. Mempraktikan gerak dasar kedalam permainan dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar : 6.1. Mempraktikan gerak dasar berbagai gerakan yang bervariasi dalam permainan bola kecil beregu dengan yang di modifikasi,serta nilai kerjasama regu,sportifitas dan kejujuran.

Indikator :

- Melempar,menangkap dan memukul bola.
- Bermain bola kasti dan bekerjasama,sportif dan kejujuran menggunakan peraturan modifikasi.

Materi Pokok : Rounders

V. Metode Pembelajaran

Ceramah,demonstrasi ,pemberian tugas

VI. Langkah-langkah pembelajaran

4. Kegiatan awal

- Anak-anak dibariskan
- Berdoa dan presensi.
- Penjelasan materi dan pemanasan

5. Kegiatan inti

Dilakukan secara individu dan kelompok dalam bentuk permainan dan model pembelajaran.

- Melakukan gerakan melempar bola dari atas,samping,bawah,secara individu,berpasangan dan kelompok.
- Melakukan pukulan bola lemah atau pukulan keras untuk merubah arah pukulan.
- Menangkap bola dari berbagai arah dengan kecepatan berpasangan dan kelompok.

6. Kegiatan akhir

- Berbaris, penenangan,bernyanyi,dan berdoa.

VII. Alat dan sumber bahan

- Buku pedoman KTSP
- Pemukul Bola kasti,keset

VIII. Penilaian

Tes perbuatan,tes penampilan.

Mengetahui
Kepala Sekolah

Drs. ARIS AKHMAD

Purworejo,.....,.....,.....
Guru Penjas Orkes

ANJAR DHANI T,A.Ma

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN SDIT ULUL ALBAB 1 PURWOREJO

MATA PELAJARAN : PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
KELAS/SEMESTER : IV/1
WAKTU :

Standar Kompetensi : 1. Mempraktikan gerak dasar kedalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar : 1.2. Mempraktekkan gerak dasar atletik sederhana,serta nilai semangat,percaya diri dan disiplin.

Indikator :

- Berlari dengan berbagai arah dan jarak

Materi Pokok : Atletik dasar

I. Metode Pembelajaran

Ceramah,demonstrasi ,pemberian tugas

II. Langkah-langkah pembelajaran

1. Kegiatan awal

- Anak-anak dibariskan
- Berdoa dan presensi.
- Penjelasan materi dan pemanasan

2. Kegiatan inti

Dilakukan secara individu dan kelompok dalam bentuk permainan dan model pembelajaran.

- Melakukan gerakan lari ditempat
- Melakukan gerak lari dengan berbagai arah dan kecepatan
- Melakukan gerak lari dengan jarak
- Menyelaraskan irama gerakan tangan dan kaki saat melakukan lari.

3. Kegiatan akhir

- Berbaris,penenangan,bernyanyi dan berdoa.

II. Alat dan sumber bahan

- Buku pedoman KTSP
- Bilah,kardus,kapur,holahup

III. Penilaian

Tes perbuatan,penampilan

Mengetahui
Kepala Sekolah

Purworejo,.....,.....,.....
Guru Penjas Orkes

Drs. ARIS AKHMAD

ANJAR DHANI T,A.Ma

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN SDIT ULUL ALBAB 1 PURWOREJO

MATA PELAJARAN : PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
KELAS/SEMESTER : V/1
WAKTU :

Standar Kompetensi : 6. Mempraktikan berbagai variasi gerak dasar kedalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar : 6.1. Mempraktikan variasi tehnik dasar kedalam modifikasi permainan bola besar,serta nilai kerjasama,sportifitas,dan kejujuran.

Indikator :

- Melambungkan,passing bawah dan passing atas,servis bawah dan servis atas
- Bermain dengan peraturan yang sederhana
- Mengembangkan kerja sama,sportifitas dan kejujuran

Materi Pokok : Bermain bola voli

I. Metode Pembelajaran

Ceramah,demonstrasi ,pemberian tugas

II. Langkah-langkah pembelajaran

1. Kegiatan awal

- Anak-anak dibariskan
- Berdoa dan presensi.
- Penjelasan materi dan pemanasan

2. Kegiatan inti

Dilakukan secara individu dan kelompok dalam bentuk permainan dan model pembelajaran.

- Melambungkan dan memvoli bola
- Melakukan passing atas bawah dan passing atas
- Melakukan servis atas dan bawah
- Bermain bola voli dengan peraturan yang sederhana,dengan mengembangkan kerjasama,sportifitas dan kejujuran.

3. Kegiatan akhir

- Berbaris,penenangan,dan berdoa

III. Alat dan sumber bahan

- Buku pedoman KTSP
- Bola voli,net/tiang

IV. Penilaian

Tes perbuatan,tes penampilan

Mengetahui
Kepala Sekolah

Purworejo,.....,.....,.....
Guru Penjas Orkes

Drs. ARIS AKHMAD

ANJAR DHANI T,A.Ma

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN SDIT ULUL ALBAB 1 PURWOREJO

MATA PELAJARAN : PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
KELAS/SEMESTER : V/1
WAKTU :

Standar Kompetensi : 6. Mempraktikan berbagai variasi gerak dasar kedalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar : 6.1. Mempraktikan variasi tehnik dasar kedalam modifikasi permainan bola besar,serta nilai kerjasama,sportifitas,dan kejujuran.

Indikator :

- Mendribling bola basket
- Bermain dengan peraturan yang sederhana
- Mengembangkan kerja sama,sportifitas dan kejujuran

Materi Pokok : Bermain bola basket

V. Metode Pembelajaran

Ceramah,demonstrasi ,pemberian tugas

VI. Langkah-langkah pembelajaran

1. Kegiatan awal

- Anak-anak dibariskan
- Berdoa dan presensi.
- Penjelasan materi dan pemanasan

2. Kegiatan inti

Dilakukan secara individu dan kelompok dalam bentuk permainan dan model pembelajaran.

- Melakukan dribling bola basket dengan berjalan
- Melakukan dribling bola basket dengan berlari
- Mengoper bola basket
- Bermain bola basket dengan peraturan yang sederhana,dengan mengembangkan kerjasama,sportifitas dan kejujuran.

3. Kegiatan akhir

- Berbaris,penenangan,dan berdoa

VII. Alat dan sumber bahan

- Buku pedoman KTSP
- Bola basket

VIII. Penilaian

Tes perbuatan,tes penampilan

Mengetahui
Kepala Sekolah

Purworejo,.....,.....,.....
Guru Penjas Orkes

Drs. ARIS AKHMAD

ANJAR DHANI T,A.Ma

TRANSKIP CATATAN LAPANGAN SDIT ULUL ALBAB 1 PURWOREJO

Catatan Lapangan : Hari ke 1
Waktu : Selasa, 24 Juli 2012
Kegiatan : Permohonan Ijin (OX, WX)
Lokasi : Sekolah

Peneliti tiba di SDIT Ulul Albab 01 Purworejo pukul 09.00 WIB, langsung menemui guru piket dan peneliti dipersilahkan menunggu di ruang tunggu. Pada saat itu, Kepala Sekolah sedang ada urusan dengan petugas TU. Peneliti menunggu sampai urusan tersebut selesai. Sekitar pukul 10.00 WIB peneliti bertemu dengan Kepala Sekolah SDIT Ulul Albab 1 Purworejo dan meminta ijin untuk melaksanakan penelitian di SDIT Ulul Albab 1 Purworejo. Kepala Sekolah menerima dengan baik dan mengizinkan peneliti untuk melaksanakan penelitian di SD tersebut.

Peneliti menanyakan keadaan yang ada di SDIT Ulul Albab 01 Purworejo tersebut, mulai dari sejarah, keadaan guru, siswa, alat dan fasilitas, RPP dan silabus yang digunakan di SDIT Ulul Albab 01 Purworejo. Kepala Sekolah menjelaskan bahwa SDIT Ulul Albab terletak di dua tempat yang berbeda dan berjauhan yaitu di desa Majir Kutoarjo dan di desa Argopeni Kutoarjo. Siswa yang sekolah di desa Majir lebih sedikit dibandingkan yang berada di desa Argopeni. Ini dikarenakan kontrak SD dari pihak yayasan dengan desa Majir akan habis. Alat dan fasilitas juga kurang memadai. Untuk itu, peneliti berharap untuk melaksanakan kegiatan penelitian khususnya di SD yang berada di desa Majir kecamatan Kutoarjo.

Setelah itu, peneliti melakukan observasi dan wawancara terhadap guru Penjasorkes tentang proses pembelajaran yang dilakukan pada saat pembelajaran Penjasorkes di SD tersebut. SD yang berada di Majir terdiri atas tiga kelas yaitu kelas III, IV dan V. Sedangkan kelas lain berada di SD yang berada di desa Argopeni.

Catatan Peneliti :

Peneliti diterima dengan baik dan diijinkan untuk melaksanakan penelitian. Dengan kekurangan siswa, alat dan fasilitas kurang memadai peneliti berharap melakukan penelitian di SDIT Ulul Albab 01 Purworejo khususnya yang di desa Majir.

TRANSKIP CATATAN LAPANGAN SDIT ULUL ALBAB 1 PURWOREJO

Catatan Lapangan : Hari ke 2
Waktu : Kamis, 30 Agustus 2012
Kegiatan : Permohonan Ijin (WX)
Lokasi : Sekolah

Pada pukul 08.00 WIB, peneliti mengambil surat ijin penelitian di Dinas KPPT Kabupaten Purworejo dan langsung ke SDIT di desa Argopeni untuk menemui Kepala Sekolah. Peneliti sampai di SDIT Ulul Albab 01 Purworejo pada pukul 09.00 WIB. Langsung menemui guru piket dan dipersilahkan menunggu Kepala Sekolah di ruang tunggu. Setelah bertemu dengan Kepala Sekolah, beliau menyambut dengan baik dan peneliti langsung memberikan surat ijin penelitian yang telah diberikan dari pihak Kampus dan dari KPPT Kabupaten Purworejo. Dengan diberikannya surat ijin tersebut, Kepala Sekolah langsung mengijinkan dan beliau menyampaikan apabila peneliti mengalami kesulitan dalam penelitian, Kepala Sekolah akan siap membantunya.

Setelah selesai menyerahkan surat ijin penelitian kepada Kepala Sekolah, peneliti mengamati lingkungan di sekitar SD yang di Argopeni. Anak-anak di sana lebih banyak daripada yang berada di SD yang di Majir dan peralatan olahraga lebih mendukung. Tidak hanya peralatan olahraga, tetapi peralatan dalam mendukung proses belajar mengajar di kelas juga lebih lengkap, misalnya tersedianya proyektor dan komputer. Fasilitas juga lebih lengkap daripada di SD yang berada di SD yang di Majir. Hal ini yang membuat peneliti akan meneliti proses pembelajaran yang berada di desa Majir.

Catatan Penelitian :

Peneliti disambut baik oleh Kepala Sekolah. Siswa di Argopeni lebih banyak daripada yang berada di Majir, peralatan dan fasilitas juga lebih lengkap, tidak hanya peralatan olahraga, tetapi peralatan yang mendukung proses pembelajaran yang berada di kelas.

TRANSKIP CATATAN LAPANGAN SDIT ULUL ALBAB 1 PURWOREJO

Catatan Lapangan : Hari ke 3
Kelas : V (lima)
Waktu : Senin, 3 September 2012
Kegiatan : Pengamatan (KG,PG,KS,PS,OM)
Lokasi : Sekolah

Peneliti datang ke SDIT Ulul Albab 01 Purworejo di Majir pada pukul 06.50 WIB. Pada saat itu anak-anak sudah berkumpul di halaman sekolah. Anak-anak kelas lima mempersiapkan diri untuk bertugas menjadi petugas upacara. Sedangkan anak-anak yang lain mengamatinya. Pada pukul 07.00 WIB Upacara dimulai, dan pada saat itu yang menjadi Pembina upacara yaitu Pak Aris Akhmad Kepala Sekolah SDIT Ulul Albab 01 Purworejo. Peneliti berdiri dibelakang peserta upacara bersama Pak Anjar.

Setelah upacara selesai, anak-anak kelas lima langsung ganti baju dan mempersiapkan diri untuk mengikuti pelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Jam Pelajaran di SDIT Ulul Albab 01 Purworejo pada hari senin dimulai pukul 07.45 WIB setelah upacara selesai. Pada saat anak-anak mengganti pakaian mereka, peneliti membantu Pak Anjar dalam mempersiapkan alat-alat yang akan dibawa ke lapangan. Setelah persiapan alat selesai, anak-anak berbaris di depan pintu gerbang. Pak Anjar memimpin doa dan memberikan presensi kepada siswa. Setelah presensi, Pak Anjar memberikan apersepsi apa yang akan diajarkan pada saat di lapangan nanti. Perjalanan menuju lapangan cukup jauh, yaitu sekitar 1 km. Dalam perjalanan, anak-anak sering menceritakan kegiatan-kegiatan dirumah masing-masing kepada Pak Anjar. Hal ini akan memunculkan sikap komunikatif antara guru dengan anak-anak.

Sampai dilapangan pada pukul 08.15 WIB, Pak Anjar langsung memberikan pemanasan yaitu dengan lari-lari kecil memutar lapangan satu kali. Setelah itu melakukan *stretching* yang dipimpin langsung oleh Pak Anjar. Karena jarak yang cukup jauh, maka pemanasan dilakukan tidak terlalu menguras tenaga. Kira-kira 10 menit melakukan pemanasan, Pak Anjar kembali melakukan apersepsi, yaitu menerangkan apa yang akan dilakukan. Beliau menjelaskan tentang servis bawah. Karena keterbatasan alat, anak-anak melakukan servis bawah secara bergantian. Kebanyakan siswa putra menunggu giliran dengan bermain-main sendiri.. Dalam hal ini, mungkin sedikit kurang efektif karena siswa yang lain pasif dalam menunggu giliran melakukan servis. Dan pada saat diajarkan, siswa putra kurang serius dalam memperhatikan instruksi guru Mereka disibukkan dengan bermain sepak bola, sehingga dalam mencapai target kurang memuaskan. Banyak siswa yang bercanda karena keterbatasan alat.

Setelah beberapa kali melakukan servis, dilanjutkan dengan bermain bolavoli yang peraturannya telah dimodifikasi oleh Guru Penjasorkes. Siswa dibagi menjadi 2 kelompok, siswa putra dan putri bergabung. dan melakukan permainan bolavoli. Semua siswa senang saat bermain bola voli. Pada saat permainan, ada anak yang merasa kehausan karena panasnya lapangan. anak tersebut meminta ijin kepada Pak Anjar untuk minum, dan Pak Anjar

mengijinkannya. Pada pukul 09.30 WIB, Pak Anjar melakukan penutupan dengan pendinginan, yaitu menyampaikan evaluasi. Beliau memberikan penugasan kepada anak-anak dirumah jika ada yang memiliki bola voli, diharapkan agar selalu berlatih. Setelah itu anak-anak dibariskan kembali dan dipimpin doa. Mereka kembali ke sekolah dengan perasaan senang dan sampai di sekolah anak-anak langsung ganti baju dan mempersiapkan diri untuk menerima pelajaran yang lain. Peneliti dan Pak Anjar kembali ke ruang guru untuk beristirahat sejenak.

Catatan Peneliti :

Pada hari Senin, kegiatan pembelajaran dilaksanakan pada pukul 07.45 WIB setelah melaksanakan upacara bendera. Anak-anak berganti pakaian olahraga tanpa disuruh, sedangkan guru Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan mempersiapkan 2 bola voli yang akan digunakan untuk pembelajaran servis bawah permainan bola voli. Anak-anak secara bergantian melakukan servis bawah, setelah semuanya mencoba beberapa kali dilanjutkan permainan bola voli yang peraturannya sudah disederhanakan.

TRANSKIP CATATAN LAPANGAN SDIT ULUL ALBAB 1 PURWOREJO

Catatan Lapangan : Hari ke 4
Kelas : IV (empat)
Waktu : Selasa, 4 September 2012
Kegiatan : Pengamatan dan wawancara
KG,PG,KS,PS,KF,PF,OM,WM,DO
Lokasi : Sekolah

Peneliti tiba di SDIT Ulul Albab 01 Purworejo pukul 06.55 WIB. Pada saat itu Pak Anjar bersama guru-guru lain sudah berada di sekolahan. Anak-anak juga sudah berada di sekolahan untuk mempersiapkan pengajian rutin. Setiap hari pada pukul 07.00 – 07.30 WIB, di sekolah diadakan pengajian rutin yaitu menghafal satu juz Al' Quran dengan bersama-sama teman sekelasnya. Selama anak-anak melakukan pengajian rutin, Pak Anjar membaca Rencana Pelaksanaan Pembelajaran yang akan diajarkan pada hari ini dan mempersiapkan alat-alat yang akan dibawa untuk mendukung proses pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Pak Anjar mempersiapkan beberapa bola kasti dan pemukul kasti. Hari ini kegiatan yang akan dilakukan yaitu melakukan permainan bola kecil, dalam hal ini melakukan permainan bola kasti.

Seperti pada hari yang lain, kegiatan Pembelajaran dimulai pada pukul 07.30, setelah melaksanakan pengajian rutin. Setelah anak-anak berbaris di gerbang pintu, Pak Anjar memimpin doa, mengadakan presensi dan melakukan apresiasi. Beliau menjelaskan tentang permainan kasti. Setelah anak-anak paham, mereka langsung berjalan menuju ke lapangan yang jaraknya cukup jauh. Sampai di lapangan pada pukul 08.00 WIB, Pak Anjar langsung memberikan pemanasan kepada anak-anak yaitu melakukan lari putaran lapangan sekali dilanjutkan dengan stretching. Pemanasan dilanjutkan dengan melakukan permainan berburu. Anak-anak disuruh melingkar dan Pak Anjar menunjuk 4 anak sebagai pemburu dan anak yang lain menjadi burung. Dengan dibatasi kun, anak-anak yang menjadi burung berusaha menghindari dari lemparan bola yang dilakukan oleh para pemburu. Jika anak terkena lemparan, maka akan membantu menjadi pemburu. Ini dilakukan sampai anak-anak yang menjadi burung habis.

Selama sekitar 20 menit siswa melakukan permainan berburu, guru mengumpulkan anak-anak dan mempersiapkan anak untuk bermain bola kasti. Anak dibagi menjadi 2 kelompok baik putra maupun putri. Anak-anak terlihat sangat antusias karena disamping guru memberikan semangat, anak-anak juga sudah terlihat sangat mahir dalam melakukan permainan bola kasti. Saat pergantian posisi, anak-anak merasa capek dan minta untuk istirahat sebentar. Disela-sela istirahat, peneliti mendekati salah satu anak dan menanyakan kepada anak tersebut “apakah adik tidak merasa capek, jika sebelum pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dilaksanakan harus berjalan sejauh 1 km?” anak tersebut menjawab “tidak Pak, karena saya merasa senang dengan pelajaran olahraga, jadi saya tidak merasa capek walaupun harus berjalan sejauh 1 km.” peneliti melanjutkan pertanyaan “apakah tidak menggunakan sepeda, agar tidak capek dan mempersingkat waktu?”, anak tersebut menjawab “lebih enak

jalan kaki pak, selain bisa menikmati pemandangan, juga bisa merasa santai di jalan.” Setelah waktu istirahat selesai, anak-anak melanjutkan permainan kasti. Pada pukul 09.30 WIB, Pak Anjar meniup peluit, tanda anak-anak harus berkumpul. Pak Anjar memberikan beberapa penugasan kepada anak-anak agar sikap tanggungjawab, sikap saling membantu, sikap disiplin harus dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari.

Setelah pemberian penugasan, anak berbaris, dipimpin doa oleh Pak Anjar dan kembali menuju sekolah. Dalam perjalanan pulang, peneliti sedikit melakukan wawancara yang pertanyaannya sama dengan anak-anak, peneliti bertanya kepada Pak Anjar dan beliau membeberkan hal tersebut, beliau menjelaskan bahwa pelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sangat diminati dan dinantikan oleh siswa. Jadi, secapek apapun, siswa tetap senang dalam melaksanakan pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Catatan peneliti :

Jam pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dilaksanakan pada pukul 07.30 WIB. Anak-anak sudah menantikan pelajaran ini karena Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan mata pelajaran yang paling diminati oleh para siswa. Pak Anjar memberikan pembelajaran bola kasti. Anak-anak melakukan permainan bola kasti dengan senang tanpa merasa kecapaian walaupun dengan perjalanan yang lumayan jauh dari sekolah menuju lapangan.

TRANSKIP CATATAN LAPANGAN SDIT ULUL ALBAB 1 PURWOREJO

Catatan Lapangan : Hari ke 5
Kelas : III (tiga)
Waktu : Sabtu, 8 September 2012
Kegiatan : Pengamatan (KG,PG,KS,PS,KF,PF,AM,PM,MM,OM)
Lokasi : Sekolah dan Lapangan

Pada pukul 07.00 WIB, peneliti sampai ke SDIT untuk melaksanakan pengamatan proses pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan kelas III. Semua guru dan anak-anak sudah hadir ke sekolah. Bel jam masuk pukul 07.00 WIB telah berbunyi, tanda anak-anak harus melaksanakan pengajian rutin setiap pagi. Mereka kelihatan tidak sabar untuk melaksanakan olahraga. Antusias yang sangat tinggi dari anak kelas III menimbulkan kesan tersendiri bagi peneliti. Setelah pelaksanaan pengajian rutin, pada pukul 07.30 WIB anak langsung menuju kelas masing-masing untuk mengambil perlengkapan olahraga. Mereka langsung ganti baju dan menghampiri Pak Anjar dan peneliti yang sedang di dalam kantor.

Pak Anjar mempersiapkan alat-alat, yaitu beberapa bola kecil dan bola sepak, beliau membariskan anak-anak di depan pintu gerbang. Walaupun sangat antusias dengan pembelajaran olahraga, tetapi anak-anak kelas III sedikit sulit diatur. Pak Anjar membutuhkan waktu yang lama dalam mebariskan anak-anak. Setelah memimpin doa dan presensi, Pak Anjar langsung menyuruh anak-anak untuk menuju ke lapangan. Karena siswa sedikit susah diatur, dalam perjalanan Pak Anjar dan peneliti lebih memperhatikan sikap siswa yang susah diatur demi keselamatan anak-anak. Sampai di lapangan, pada pukul 08.00 WIB, Pak Anjar memberikan pemanasan seperti biasanya yaitu lari sekali mengitari lapangan dilanjutkan dengan stretching ringan. Setelah dirasa cukup, dilanjutkan dengan permainan reaksi hijau-hitam. Anak dibagi menjadi 2 bersap dan Pak Anjar berdiri diantara bersap. Beliau membagi 2 kelompok tersebut dengan nama kelompok hijau dan hitam. Beliau menjelaskan jika yang diucap kata hijau, maka kelompok hijau harus lari dan kelompok hitam harus mengejar. Jika anak kelompok hitam mampu mengejar pasangannya dalam hal ini kelompok hijau, maka anak kelompok hijau harus menggendongnya. Jika anak kelompok hitam tidak berhasil mengejar, maka anak tersebut harus menggendongnya.

Pada pukul 08.20 WIB, dilanjutkan pembelajaran inti yaitu lempar tangkap bola. Jumlah bola tidak sebanding dengan jumlah siswa, jadi Pak Anjar mensiasatinya dengan membariskan anak-anak menjadi barisan lingkaran. Pak Anjar berada di tengah-tengah barisan lingkaran tersebut dan memberikan apresiasi. Beliau menjelaskan pentingnya permainan reaksi. Karena anak yang mampu memberikan reaksi dengan cepat, maka bisa dikatakan anak tersebut sudah mahir dalam sebuah permainan. Secara acak Pak Anjar melempar bola kecil kepada anak-anak, ini juga akan melatih reaksi anak-anak dalam menangkap bola tersebut. Beberapa anak sudah dapat menangkap lemparan yang diberikan secara acak oleh Pak Anjar, sedangkan anak-anak lain yang belum bisa melakukan lempar tangkap bola akan dilatih sendiri oleh Pak Anjar. Anak laki-laki yang

sudah bisa melakukan reaksi tangkap bola akan diperbolehkan istirahat dan main sepak bola. Anak putri yang sudah bisa melakukan reaksi tangkap bola diperbolehkan istirahat. Karena cuaca yang panas, pembelajaran diberhentikan pada pukul 09.00 WIB.

Catatan peneliti :

Anak-anak kelas III sangat antusias dalam melaksanakan proses pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Walaupun antusias, tetapi anak kelas III juga sedikit susah diatur. Maka perlu perhatian ekstra kepada anak kelas III. Dengan jumlah bola yang kurang, tapi guru Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan mampu mensiasatinya dengan membariskan anak-anak menjadi barisan lingkaran. Ini dimaksudkan agar anak-anak siap untuk menangkap bola yang diberikan secara acak oleh guru olahraga. Selain itu juga akan melatih reaksi anak.

TRANSKIP CATATAN LAPANGAN SDIT ULUL ALBAB 1 PURWOREJO

Catatan Lapangan : Hari ke 6
Kelas : V (lima)
Waktu : Senin, 10 September 2012
Kegiatan : Pengamatan dan wawancara
KG,PG,KS,PS,KF,PF,AM,PM,MM,OM,WM,DO
Lokasi : Sekolah dan Lapangan

Peneliti sampai di SDIT Ulul Albab 01 Purworejo di desa Majir pukul 06.45 WIB. Peneliti ikut mempersiapkan alat-alat yang digunakan untuk keperluan upacara bendera hari senin. Pada hari ini yang bertugas menjadi petugas upacara yaitu anak-anak kelas IV. Saat bel masuk berbunyi pukul 07.00 WIB, anak-anak langsung menuju ke halaman sekolah untuk melaksanakan upacara bendera. Peneliti tidak ikut dibarisan guru, tetapi peneliti berada di belakang barisan anak kelas III.

Pada pukul 07.45 WIB, upacara bendera selesai dan siswa kelas V langsung menghampiri Pak Anjar, menanyakan apakah hari ini olahraga atau tidak. Pak Anjar menjawab kalau hari ini akan dilaksanakan olahraga dengan mengulangi lagi pembelajaran servis bawah permainan bola voli. Setelah anak-anak mempersiapkan diri dan berbaris di depan pintu gerbang, Pak Anjar langsung memimpin doa, presensi dan berjalan menuju ke lapangan. Sampai di lapangan sekitar pukul 08.15 WIB, Pak Anjar langsung memimpin pemanasan yaitu lari mengitar lapangan dan melakukan stretching. Setelah dirasa cukup, Pak Anjar menyuruh siswa untuk saling berpasangan. Beliau menyuruh untuk bermain gerobag-gerobagan yaitu, salah satu anak mengambil posisi *push up* dan pasangannya memegang kaki anak yang masih berposisi *pus up*. Dengan menggunakan dua tangan, anak disuruh berjalan berpindah tempat. Ini bertujuan untuk menguatkan otot lengan.

Karena keterbatasan alat, anak-anak melakukan servis bawah masih dengan secara bergantian. Seperti pertemuan sebelumnya, kebanyakan siswa putra pada waktu menunggu giliran dengan bermain-main sendiri.. Setelah beberapa kali melakukan servis, dilanjutkan dengan bermain bolavoli yang peraturannya telah dimodifikasi oleh Guru Penjasorkes. Siswa dibagi menjadi 2 kelompok, siswa putra dan putri bergabung. dan melakukan permainan bolavoli. Semua siswa senang saat bermain bola voli. Disela-sela istirahat, peneliti menyempatkan diri untuk bertanya-tanya kepada siswanya, “apakah pada saat melaksanakan proses pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, selalu menggunakan sistem antri?” anak tersebut menjawab “iya Pak, karena keterbatasan alat dan fasilitas, maka sistem antri akan selalu dipakai. Beda dengan SDIT Ulul Albab yang berada di Argopeni, disana lengkap Pak.” Peneliti melanjutkan pertanyaan “kenapa adik tidak kesana?, katanya awal semester semua siswa akan dipindah kesana.” Siswa tersebut menjawab “enak disini Pak, selain tempatnya enak, dekat juga dari rumah, kalau di Argopeni tempatnya jauh dari rumah.” Lalu anak-anak melanjutkan permainan bola voli bersama teman-temannya. Pada pukul 09.30 WIB, Pak Anjar menutup pelajaran Pendidikan

jasmani olahraga dan kesehatan dengan memberikan penilaian, dan berkata “bahwa hari ini lebih baik dari minggu yang kemarin. Anak-anak sudah lebih fasih dalam melakukan passing bawah permainan bola voli”. Setelah itu, anak dibariskan, dipimpin doa dan siap kembali ke sekolah.

Catatan Peneliti :

Pada pukul 07.45 WIB, pelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dimulai. Anak-anak sudah mempersiapkan diri untuk mengikuti kegiatan olahraga. Dengan keterbatasan alat, masih tetap menggunakan sistim antri, hal ini dirasa kurang efektif karena anak-anak akan pasif dalam mengikutinya.

TRANSKIP CATATAN LAPANGAN SDIT ULUL ALBAB 1 PURWOREJO

Catatan Lapangan : Hari ke 7
Kelas : IV (empat)
Waktu : Selasa, 11 September 2012
Kegiatan : Pengamatan dan dokumentasi
KG,PG,KS,PS,KF,PF,AM,PM,MM,OM,DO
Lokasi : Sekolah dan Lapangan

Peneliti sampai di sekolah pada pukul 06.45 WIB. Saat itu Pak Anjar belum sampai sekolah. Guru-guru yang lain juga ada yang belum berangkat. Pada pukul 07.00 WIB semua guru dan siswa sudah berangkat. Semua siswa bersiap melakukan pengajian rutin setiap pagi. Setelah bel masuk berbunyi, anak-anak berbaris di depan kelas untuk melaksanakan pengajian rutin. Mereka bersama-sama menghafal Al'Quran.

Sementara anak-anak mengikuti pengajian rutin, guru Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan mempersiapkan peralatan untuk permainan rounders. Beliau akan memperkenalkan permainan rounders kepada anak-anak kelas IV. Beliau berkata kepada peneliti, bahwa kelas IV belum pernah diajarkan permainan rounders. Setelah anak-anak selesai melaksanakan pengajian rutin pada pukul 07.30 WIB, mereka langsung mengganti pakaian mereka untuk bersiap berolahraga.

Anak-anak berbaris di depan pintu gerbang, Pak Anjar mengabsen dan memimpin doa. Setelah itu beliau mengapresiasi pembelajaran yang akan dilaksanakan di lapangan. Beliau menerangkan permainan rounders. Anak-anak sedikit paham, tapi dengan tidak menggunakan praktik, maka anak-anak sulit dalam mengerti dan paham akan permainan ini. Untuk itu, beliau mengajak anak-anak langsung praktik di lapangan. Karena perjalanan yang cukup jauh dan mengurus tenaga anak-anak, Pak Anjar memberikan sedikit pemanasan, yaitu dengan memberikan stretching ringan. Pada saat Pak Anjar memberikan pemanasan, peneliti membantu dengan membuat lapangan rounders. Agar tidak membuang-buang waktu.

Guru penjasorkes menjelaskan bagaimana tatacara dan peraturan-peraturan dalam permainan roundes. Semua siswa mendengarkan dengan baik. Setelah siswa memahami peraturan permainan rounders, siswa dibagi menjadi 2 kelompok dan melakukan permainan rounders. Semua siswa aktif dalam melakukan permainan tersebut. Pada pukul 09.30 pembelajaran Penjasorkes untuk kelas IV sudah selesai. Anak-anak kembali ke sekolah dengan senang.

Catatan Peneliti:

Pukul 07.30 WIB anak bersiap menuju ke lapangan. setelah pemanasan, Pak Anjar memerikan apersepsi tentang permainan rounders. Pengenalan permainan rounders diberikan kepada anak-anak.

TRANSKIP CATATAN LAPANGAN SDIT ULUL ALBAB 1 PURWOREJO

Catatan Lapangan : Hari ke 8
Kelas : III (tiga)
Waktu : Sabtu, 15 September 2012
Kegiatan : Pengamatan dan dokumentasi
KG,PG,KS,PS,KF,PF,AM,PM,MM,OM,DO
Lokasi : Sekolah dan Lapangan

Pukul 06.45 peneliti tiba di SDIT Ulul Albab, kepala sekolah dan dewan guru juga sudah berada di sekolah. Pukul 07.00 WIB bel masuk berbunyi dan anak-anak berbaris di depan kelas untuk melaksanakan kegiatan yang seperti biasa sebelum pelaksanaan olahraga siswa SDIT Ulul Albab 01 Purworejo Ulul Albab melakukan kegiatan rutin yaitu pengajian/ BTQ dengan membaca Alquran maupun menghafal hafalan suratan. Ketika proses pengajian berlangsung guru olahraga yaitu pak anjar dan peneliti mempersiapkan alat yang akan digunakan untuk pembelajaran.

Pada pukul 07.30, siswa keluar kelas dan berhamburan di depan halaman sekolah, kemudian pak anjar membunyikan peluit dan membariskan siswa di depan pintu gerbang. Peneliti dan guru penjasorkes membariskan siswa, karena kelas III yang anaknya masih susah diatur untuk berbaris, maka pak anjar membutuhkan waktu yang sedikit lama untuk bisa menyiapkan siswa kelapangan, meski hal tersebut guru wajib menertibkan siswa selama di dalam sekolah maupun diluar sekolah demi keselamatan siswa selama diperjalanan. Setelah semua siswa dianggap berbaris semua kemudian siswa diabsen dan dipimpin doa oleh guru penjasorkes.

Dengan jarak tempuh ke lapangan yang cukup jauh tetapi siswa kelas III masih cukup bersemangat untuk melaksanakan proses pembelajaran di lapangan. Setelah itu guru melakukan sedikit pemanasan yaitu lari mengelilingi lapangan dan sedikit melakukan peregangan terhadap siswa. Dilanjutkan dengan melakukan permainan bintang beralih. Siswa melakukan permainan tersebut dengan senang. Selanjutnya guru memberikan permainan berburu. Semua siswa berada di dalam kotak yang sudah dibatasi dengan kun/pembatas, dan empat siswa yang ditunjuk berada di luar kotak tersebut. Siswa yang berada di luar kotak berusaha untuk menembak siswa yang berada di dalam kotak dengan menggunakan bola kasti. Siswa yang terkena bola langsung keluar kotak dan ikut menjadi penembak.

Dalam hal ini semua siswa aktif bergerak untuk menghindari tembakan. Setelah semua siswa terkena tembakan permainan di mulai lagi dari awal. Selanjutnya guru memberikan pendinginan yaitu dengan bernyanyi sambil pulang menuju sekolah.

Catatan Peneliti :

Pada pukul 08.00 sampai di lapangan. Untuk kelas III sering dilakukan permainan-permainan yang menyenangkan agar anak-anak lebih menyukai pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

TRANSKIP CATATAN LAPANGAN SDIT ULUL ALBAB 1 PURWOREJO

Catatan Lapangan : Hari ke 9
Kelas : V (lima)
Waktu : Senin, 17 September 2012
Kegiatan : Pengamatan dan dokumentasi
KG,PG,KS,PS,KF,PF,AM,PM,MM,OM,DO
Lokasi : Sekolah dan Lapangan

Pagi hari pukul 07.00 WIB peneliti tiba diSDIT Ulul Albab dan langsung ke kantor bersalaman dengan kepala sekolah dan dewan guru. Ketika sampai diSD pas bertepatan dengan bel masuk, seperti biasa para siswa melakukan pengajian/BTQ sebelum kegiatan belajar mengajar. Selama proses pengajian guru penjasorkes dan peneliti mempersiapkan alat-alat olahraga yang akan digunakan. Guru olahraga memberitahukan RPP yang akan diajarkan untuk siswa kelas V.

Bel berbunyi pada pukul 07.30 bertanda pengajian telah selesai dan semua siswa kelas V keluar dari kelas untuk mengikuti pembelajaran olahraga. Ketika itu cuaca cukup cerah dan panas maka guru Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan segera membariskan seluruh siswa kelas V di depan pintu gerbang sekolah, sebelumnya dipresensi dan dipimpin doa sebelum perjalanan ke lapangan agar diberi keselamatan selama diperjalanan dan proses pembelajaran.

Setelah sampai di lapangan dengan jarak tempuh yang cukup jauh siswa langsung dibariskan lagi di lapangan, guru memberikan apersepsi tentang materi pembelajaran yang akan diberikan yaitu permainan bola besar yang salah satunya yaitu bola basket, dengan menjelaskan teknik dasar melakukan bola basket dan cara bermain beregu.

Sebelum kegiatan inti dilakukan dilakukannya pemanasan terlebih dahulu. Guru memimpin pemanasan yaitu lari mengelilingi lapangan dan melakukan peregangan terhadap siswa. Dilanjutkan dengan melakukan permainan bintang beralih. Dengan dibagi menjadi 2 kelompok untuk kelompok putra dan putri. Siswa melakukan permainan tersebut dengan senang. Selanjutnya guru memberikan pembelajaran permainan bola besar, yaitu permainan bola basket. Siswa secara bergantian melakukan dribling bola basket dengan berjalan, dengan sedikit berlari dan melakukan dribling dengan berlari. Dilanjutkan dengan mengoper bola basket. Siswa saling mengoper dengan berjalan.

Dirasa waktu sudah habis dan siswa sudah cukup capai maka pembelajaran dihentikan kemudian guru membunyikan peluit agar siswa berkumpul duduk membentuk setengah lingkaran dilanjutkan guru memberikan apersepsi tentang materi yang baru dilaksanakan, guru mencoba mengoreksi siswa yang masih salah dan masih asal-asalan. Karena keadaan lapangan yang masih tanah dan berumput maka pantulan bola kurang maksimal maka perlu ditindak lanjuti untuk kedepannya. Kemudian siswa dibariskan kembali untuk jalan menuju ke sekolah.

Catatan Peneliti :

Pukul 08.00 sampai di lapangan dan disana guru memberikan apersepsi tentang permainan bola basket. Siswa disuruh mendribling bola basket secara bergantian baik siswa putra maupun putri. Karena keadaan tanah yang masih tanah dan berumput, maka pembelajaran basket kurang maksimal. Banyak siswa yang bermain dengan asal-asalan.

TRANSKIP CATATAN LAPANGAN SDIT ULUL ALBAB 1 PURWOREJO

Catatan Lapangan : Hari ke 10
Kelas : IV (empat)
Waktu : Selasa, 18 September 2012
Kegiatan : Pengamatan dan wawancara
KG,PG,KS,PS,KF,PF,AM,PM,MM,OM
Lokasi : Sekolah dan Lapangan

Pada pukul 06.45 WIB peneliti tiba diSDIT Ulul Albab dan langsung menuju ke kantor untuk bersalaman dengan kepala sekolah dan guru. Dengan waktu yang kurang 15 menit peneliti bercerita-cerita dengan salah satu guru yang ada diSDIT Ulul Albab. Kemudian bel berbunyi pukul 07.00 WIB bertanda seluruh siswa masuk kedalam kelas untuk kegiatan pengajian dan BTQ.

Selama proses pengajian guru penjasorkes dan peneliti seperti biasanya menyiapkan alat yang akan dipakai untuk pembelajaran. Setelah itu pukul 07.30 WIB bel berbunyi bertanda proses pembelajaran dimulai, seluruh siswa kelas IV keluar kelas dan menuju ke halaman sekolah untuk berbaris, untuk siswa kelas IV tergolong anaknya nurut dan disiplin. Kemudian guru Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan membariskan dan mempresensi dilanjutkan doa bersama. Kemudian guru memimpin berjalan menuju ke lapangan, selama diperjalanan siswa sambil bernyanyi

Ketika tiba di lapangan siswa beristirahat sejenak dan dilanjutkan berbaris, guru memberikan apersepsi menjelaskan materi yang akan diajarkan yaitu atletik dengan lari hilir mudik dengan berbalapan dengan temannya. Kemudian sebelum ke materi inti dipimpin pemanasan yaitu melakukan peregangan terhadap siswa. Dilanjutkan dengan melakukan permainan reaksi yaitu permainan hijau hitam. Setelah itu siswa melakukan kegiatan pembelajaran lari. Siswa melakukan lari yang berjarak 50 meter dan 100 meter bergiliran masing masing giliran dua siswa. Setelah guru memberikan penilaian, siswa melakukan lari dengan dinilai kecepatan dan waktu tempuh sampai jam berakhir.

Setelah semua siswa dinilai guru mengumpulkan siswa dengan formasi duduk membentuk setengah lingkaran dan guru memberikan koreksi siswa yang belum mencapai nilai batas KKM. Dan guru memberikan kesempatan untuk remidi dipertemuan berikutnya. Setelah itu guru membariskan siswa untuk kembali ke sekolahan.

Catatan Peneliti :

Pada pembelajaran lari, siswa melakukan dengan senang. Dengan cara bergiliran dua anak dua anak, siswa akan saling menunjukkan kemampuan masing-masing di depan teman-temannya.

TRANSKIP CATATAN LAPANGAN SDIT ULUL ALBAB 1 PURWOREJO

Catatan Lapangan : Hari ke 11
Kelas : III (tiga)
Waktu : Sabtu, 22 September 2012
Kegiatan : Pengamatan dan wawancara
KG,PG,KS,PS,KF,PF,AM,PM,MM,OM
Lokasi : Sekolah dan Lapangan

Pukul 07.00 WIB peneliti tiba di sekolahan dan guru Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan belum datang ke sekolah dan saya langsung menuju ke ruangan kantor untuk menyapa dan bersalaman dengan kepala sekolah dan guru. Bel masuk berbunyi bertanda seluruh siswa SDIT Ulul Albab 01 Purworejo memasuki kelas untuk kegiatan pengajian dan BTQ. Tidak lama kemudian pak anjar datang dan langsung menyiapkan alat yang akan dipakai proses pembelajaran.

Pada pukul 07.30 WIB bel berbunyi bahwa pengajian telah selesai kemudian siswa kelas III keluar kelas dan dipimpin berbaris di halaman sekolah oleh pak anjar. Setelah diberiskan siwa dipresensi dan dipimpin doa sebelum melanjutkan perjalanan ke lapangan. ada 3 anak yang tidak berangkat sekolah dan mengikuti pembelajaran dikarenakan sakit.

Selama di perjalanan menuju lapangan, peneliti bertanya kepada murid apakah guru penjasorkes selalu memberikan pemanasan di lapangan atau hanya cukup dengan berjalan menuju lapangan? "siswa menjawab, jika di lapangan selalu memberikan pemanasan walaupun hanya sebentar". Peneliti melanjutkan pertanyaan, apakah tidak merasa capek dalam pembelajaran ini jika perjalanan yang cukup jauh dan ditambah pemanasan di lapangan? "siswa menjawab, tidak capek pak karena siswa siswi senang dalam berolahraga, dan saat olahraga, siswa boleh minum sambil istirahat sebentar".

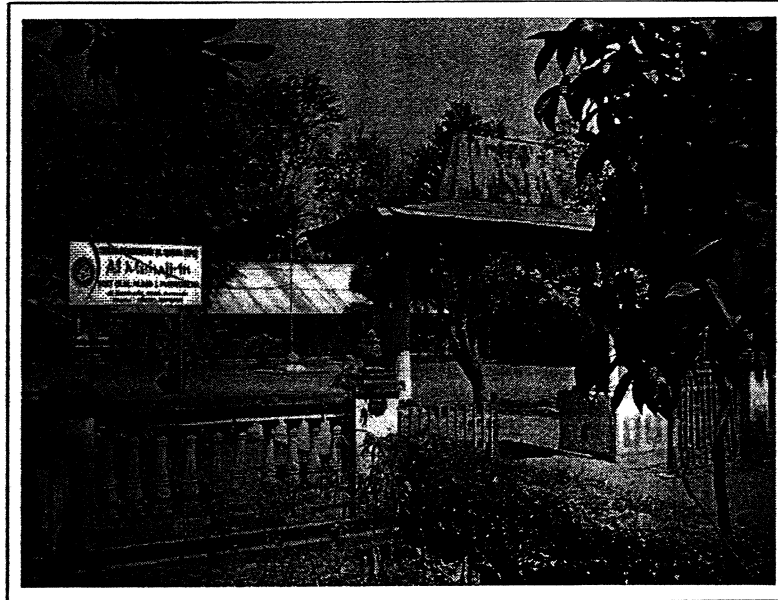
Setelah menempuh jarak yang lumayan jauh siswa beristirahat sejenak untuk melepas lelah dengan minum dari bekal yang dibawa. Setelah itu guru membariskan lagi dan memberikan apersepsi tentang materi yang akan diajarkan. Kemudian siswa langsung diberikan pemanasan sebentar dan langsung melakukan olahraga atletik yaitu lari, siswa lari dengan dilombakan yaitu secara bergantian dilakukan dengan 3 anak bertahap. Siswa lari bolak-balik dengan memindahkan benda yaitu bola tenis dengan cara diambil satu persatu. Siapa yang habis duluan bolanya maka dialah pemenangnya.

Setelah semuanya melakukan lari, guru memberikan komentar dan menutup olahraga dengan berjalan memutar sambil menyanyi dan bertepuk tangan.

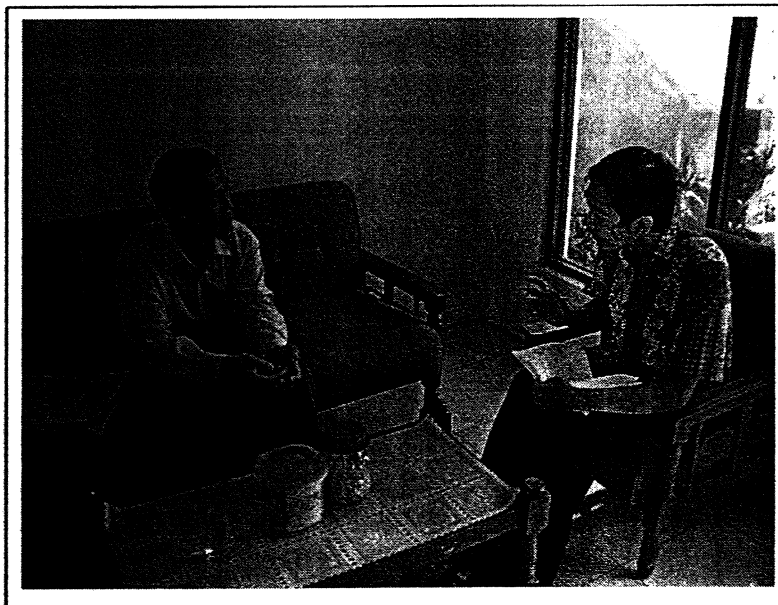
Catatan Peneliti :

Dengan mengadakan perlombaan secara kelompok, anak akan lebih senang jika dibandingkan dengan perlombaan individu. Ini akan menumbuhkan sikap bertanggungjawab, saling menghormati dan saling menghargai antar sesama siswa

**DOKUMENTASI DATA PENELITIAN PROSES PEMBELAJARAN
PENDIDIKAN JASMANI OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
SDIT ULUL ALBAB 1 DESA MAJIR
KABUPATEN PURWOREJO**



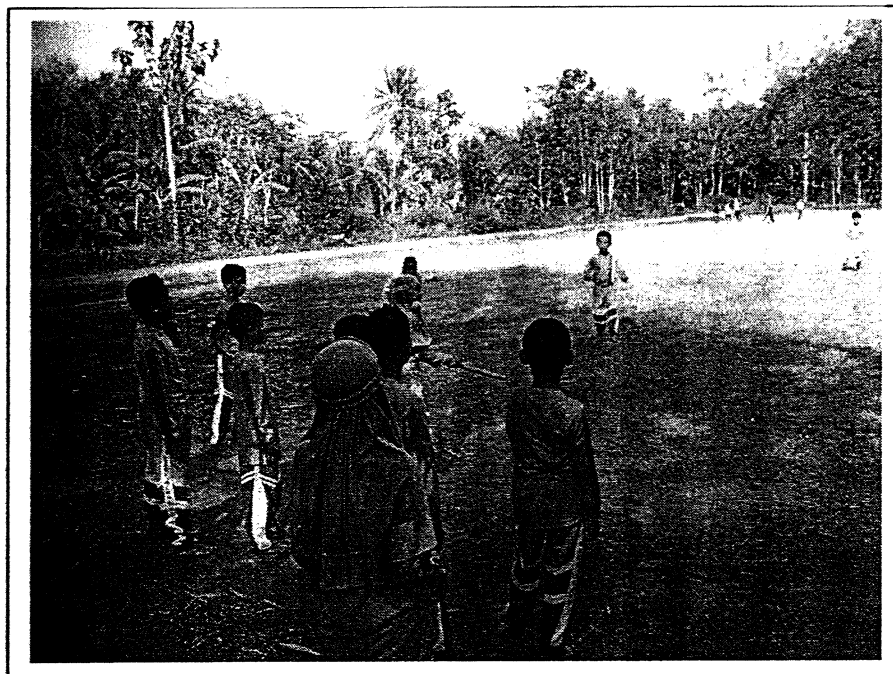
Gambar 1. Profil SDIT Ulul Albab 1 desa Majir Kabupaten Purworejo



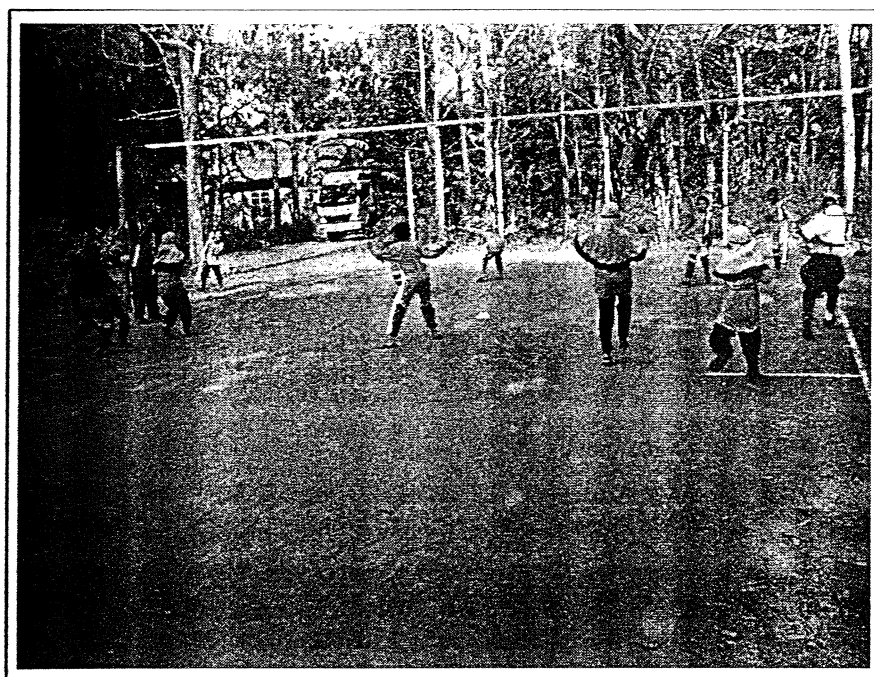
Gambar 2. Wawancara Kepada Kepala Sekolah SDIT Ulul Albab 1 Purworejo



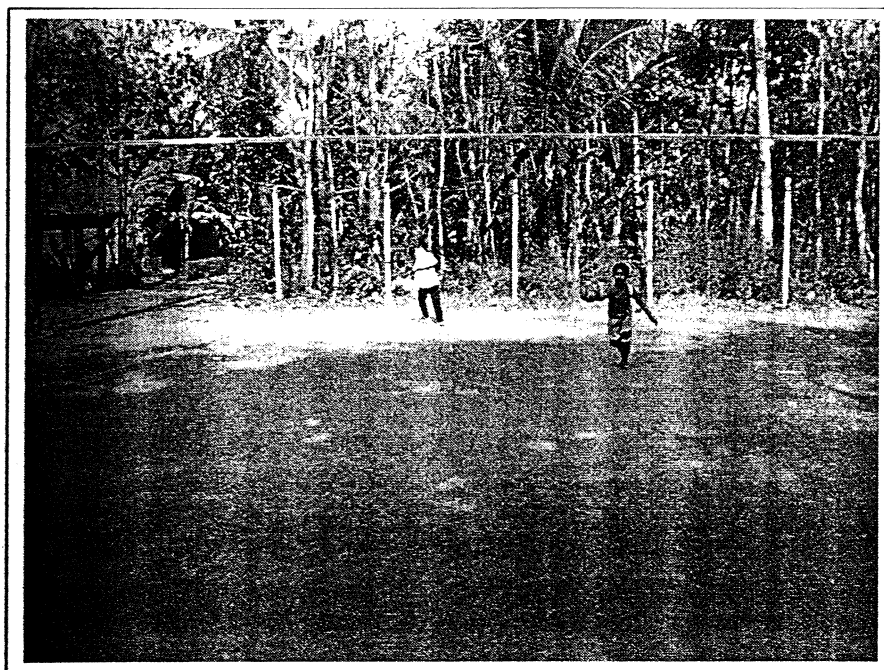
Gambar 3. Perjalanan menuju lapangan yang berjarak 1 km



Gambar 4. Pelaksanaan pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan



Gambar 5. Pelaksanaan pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan



Gambar 6. Pelaksanaan pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan



Gambar 6. Wawancara terhadap siswa SDIT Ulul Albab 1 desa Majir Kabupaten Purworejo